



**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN**

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

**Carrera de:**  
Educación Inicial

*Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador*

Trabajo de Integración  
Curricular previo a la obtención  
del título de Licenciado/a en  
Ciencias de la Educación Inicial

**Autor:**

Daniela Estefanía Montaleza Merchán

CI: 0105974851

**Autor:**

Mariela Alexandra Torres Vallejo

CI: 0106140825

**Tutor:**

María Fernanda Acosta Altamirano

CI: 1711582211

**Azogues - Ecuador**  
**Septiembre, 2022**

## **Resumen**

La educación alimentaria y nutricional juega un papel importante en la etapa del crecimiento de los infantes, una buena alimentación permite al infante tener menor riesgo de contraer enfermedades. Por tal motivo, el presente proyecto de investigación se propone apoyar con la educación alimentaria y nutricional mediante actividades didácticas para infantes de 4 a 5 años del paralelo 2A del CEI “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca - Ecuador.

Se sistematizan los fundamentos teóricos de las categorías de estudios y se observa la alimentación y nutrición en los infantes del paralelo ya mencionado. En los principales referentes teóricos se desarrollan distintas temáticas de estudio para la investigación y se revisa una serie de teoría y enfoques para el abordaje de la alimentación y nutrición y la educación alimentaria y nutricional. Dentro de la investigación, en su apartado metodológico se trabajó con el paradigma sociocrítico, el enfoque cualitativo, tipo de estudio descriptivo, método de la Investigación-Acción, procedimientos de la investigación, acción, unidad de análisis, criterios de selección y exclusión de los individuos, categorías y sus indicadores, las técnicas para llevar a cabo el diagnóstico se desarrolló conforme a la Investigación Acción, que es la observación participante y la entrevista semiestructurada, instrumentos para la recolección de los datos se utilizó los siguientes: diarios de campo, guía de observación, guía de entrevista. Recolección de la información, procedimiento de validación de los instrumentos, procedimiento de análisis de la información y el cronograma.

**Palabras clave:** Alimentación, nutrición, Actividades, Educación.

## **Abstract**

Food and nutritional education play an important role in the growth stage of infants, a good diet allows the infant to have a lower risk of contracting diseases. For this reason, this research project aims to support food and nutritional education through didactic activities for children from 4 to 5 years of parallel 2A of the CIS "Rita Chavez de Muñoz" Cuenca - Ecuador. It systematizes the theoretical foundations of the categories of studies and observes the food and nutrition in the children of the parallel already mentioned. The main theoretical references develop different study topics for research and make a series of theories and approaches for the approach of food and nutrition and food and nutritional education. Within the research, in its methodological section we worked with the sociocritical paradigm, the qualitative approach, type of descriptive study, method of Action Research, procedures of action research, analysis unit, selection criteria and exclusion of individuals, categories and their indicators, the techniques to carry out the diagnosis was developed according to the Action Research, which is the participant observation and the semi-structured interview, instruments for data collection were used the following: field diaries, observation guide, interview guide. Information collection, instrument validation procedure, information analysis procedure and timeline.

**Keywords:** Food and nutrition, educational activities, infants

## Índice del trabajo

Resumen	2
Abstract	3
Introducción	10
Capítulo I	11
1.1 Situación problemática	11
Objetivos	13
1.2 Objetivo General	13
1.3 Objetivos Específicos	13
1.4 Justificación	14
Capítulo II	16
2 Marco Teórico	16
2.1 Antecedentes	16
2.2 . Fundamentos teóricos	24
2.3 Concepto de alimentación y nutrición	24
Alimentación	24
Nutrición	25
2.4 Composición y propiedades de los alimentos	27
2.5 Dieta equilibrada y menús saludables	28
2.6 Riesgos de una mala alimentación para la salud	29
2.6.1 Desnutrición crónica infantil	30
2.6.2 Obesidad Infantil	31
2.6.3 Diabetes Infantil	32
2.6.4 Enfermedad cardiovascular en los infantes	32
2.6.5 Anemia Infantil	33
2.6.6 Cáncer Infantil por mala alimentación	33
2.7 Educación alimentaria y nutricional	34
2.7.1 Conceptualización de Educación alimentaria y nutricional	34
2.8 Educación alimentaria y nutricional dirigido a educación inicial	36
2.9 Alimentación adecuada para niños de 4 a 5 años de edad	38
2.9.1 Para qué nos sirve comer	38
2.10 Hábitos alimenticios	39
2.11 Cuánto necesita comer un infante	40
2.12 Alimentación, salud, y educación.	41
La voz de las autoras	41

Capítulo III	42
3 Marco metodológico	42
3.1 Paradigma	42
3.2 Enfoque de investigación	43
3.3 Tipo de investigación	43
3.4 Método	43
3.5 Procedimiento de la investigación. Fases de la IA.	44
3.6 Unidad de análisis	46
3.6.1 Participantes	46
3.7 Criterios de selección y exclusión de individuos	46
3.8 Tabla de categorías	47
3.9 Técnicas de recolección de datos	52
3.9.1 Observación participante	52
3.9.2 Entrevista Semiestructurada	52
3.10 Instrumentos	53
3.10.1 Diarios de Campo	53
3.10.2 Guía de observación	53
3.10.3 Guía de entrevista	54
3.11 Procedimiento de validación de los instrumentos	54
Capítulo IV	56
4 Procedimiento de análisis de la información	56
4.1 Análisis e interpretación de datos	56
4.2 Procedimiento de análisis	57
4.2.1 Codificación de primer nivel	58
4.2.2 Densificación de los Diarios de campo	62
4.2.3 Densificación de la entrevista docente	62
4.2.4 Densificación de la guía de observación	62
4.2.5 Codificación de segundo nivel	63
4.3 Triangulación metodológica	68
4.4 Red Semántica	76
4.5 Interpretación de datos	81
4.6 Hallazgos generales	82
Capítulo V	83
5 Diseño de la propuesta de intervención educativa “Aprendo a comer sano”	83
Introducción	83
Problemática	83

Justificación	84
5.1 Estructura del plan de acción	84
5.2 Fases del diseño de la propuesta	86
5.3 Objetivos	87
5.3.1 Objetivo general	87
5.3.2 Objetivos Específicos	87
5.4 Presentación de la propuesta	87
5.5 Fundamentación Teórica	89
Alimentación saludable para niños de Educación Inicial	89
Necesidades nutricionales en la infancia	89
Riesgos de una mala alimentación	90
Refrigerio saludable	90
Educación alimentaria y nutrición	90
5.5.1 Recurso Pedagógico	91
5.5.2 Secuencia didáctica de las actividades didácticas	91
5.6 Fundamentos metodológicos	92
5.6.1 Principios de intervención educativa	92
5.6.2 Metodología Participativa	92
5.7 Fundamentos Pedagógicos	93
5.7.1 Fundamentación legal de la propuesta	93
5.7.2 Cuadernillo de actividades “Aprendo a comer sano”	94
5.8 Ejes de igualdad	94
5.9 Relación de la propuesta de intervención educativa con el diagnóstico	95
5.10 Alcance de la propuesta	95
5.11 Requerimiento del diseño de la propuesta de intervención educativa	96
Capítulo VI	97
6 Aplicación del Cuadernillo de actividades didácticas “Aprendo a comer sano”	97
6.1 Elementos organizativos	97
6.2 Narración cronológica de las actividades (cronograma de la implementación)	97
6.2.1 Primera actividad didáctica - El semáforo del buen comer	100
6.2.2 Segunda actividad didáctica - Hábitos saludables y alimenticios	100
6.2.3 Tercera actividad didáctica Tercera experiencia de aprendizaje – Diferencia de tamaños y ordenar las frutas	101
6.2.4 Cuarta actividad didáctica – Seriación de tamaños por medio de frutas	102
6.2.5 Quinta actividad didáctica – Alimentos saludables	103
6.2.6 Sexta actividad didáctica - Textura, Sabor y olor	104

6.3	Seguimiento de las actividades desarrolladas	104
6.4	Factores y consecuencias	105
6.4.1	Factores obstaculizadores	105
6.4.2	Factores facilitadores	105
6.4.3	Consecuencias positivas	105
6.4.4	Consecuencias negativas	106
Capítulo VII		107
7	Evaluación de la propuesta de intervención educativa	107
7.1	Tipo de evaluación	107
7.2	Ruta de evaluación	107
7.3	Categorización de la propuesta de la intervención educativa	108
7.4	Técnicas e instrumentos de recolección de información de la evaluación	110
7.4.1	Observación participante	110
7.4.2	Diario de campo	110
7.4.3	Ficha de observación	110
7.4.4	Guía de preguntas	111
7.4.5	Entrevista a la docente	111
7.5	Procedimiento para el análisis e interpretación de la información de la evaluación	111
7.6	Análisis e interpretación de información de la evaluación	111
7.6.1	Codificación del primer nivel	112
7.6.3	Red semántica	118
7.6.4	Triangulación de la información de la fase diagnóstica	126
7.6.5	Interpretación de los resultados de la fase diagnóstica	126
Capítulo VIII		128
8	Conclusiones y Recomendaciones	128
8.1	Conclusiones	128
8.2	Recomendaciones	129
9	Referencias Bibliográficas	131
10	Anexo	138

### Índice de ilustraciones

Ilustración 1: Marco conceptual	23
Ilustración 2: Alimentos y su clasificación	26
Ilustración 3: Función de los alimentos	26
Ilustración 4: Menú Saludable	28
Ilustración 5: Pilares para el desarrollo	40
Ilustración 6: Red semántica de la entrevista	76

Ilustración 7: Red semántica del diario de campo	77
Ilustración 8: Red semántica de la ficha de observación	78
Ilustración 9: Red semántica de todos los instrumentos	79
Ilustración 10: Primera actividad didáctica	98
Ilustración 11: Segunda actividad didáctica	99
Ilustración 12: Tercera actividad didáctica	100
Ilustración 13: Cuarta actividad didáctica	100
Ilustración 14: Quinta actividad didáctica	101
Ilustración 15: Sexta actividad didáctica	102
Ilustración 16: Red semántica de la entrevista	115
Ilustración 17: Red semántica del diario de campo	117
Ilustración 18: Red semántica de la ficha de observación	119
Ilustración 19: Red semántica general	121

### Índice de tablas

Tabla 1: Tabla de categorías	47
Tabla 2: Pasos para recolectar información relevante	55
Tabla 3: Codificación de primer nivel	58
Tabla 4: Codificación de segundo nivel	64
Tabla 5: Triangulación: Desarrollo de la alimentación y nutrición	67
Tabla 6: Triangulación: importancia de la alimentación y nutrición	68
Tabla 7: Triangulación: Composición y propiedades de los alimentos	69
Tabla 8: Triangulación: Dieta equilibrada	70
Tabla 9: Triangulación: Riesgos para la salud por una mala alimentación	71
Tabla 10: Triangulación: Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años de edad	73
Tabla 11: Triangulación: Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial	74
Tabla 12: Estructura de la propuesta de intervención educativa o plan de acción	84
Tabla 13: Cronograma durante la aplicación de las actividades	97
Tabla 14: Categorías de la propuesta de intervención	106
Tabla 15: Codificación de primer nivel	110
Tabla 16: Codificación de segundo nivel	111

### Índice de anexos

Anexo 1 Validación de instrumentos.....	138
Anexo 2: Encuesta dirigido a los padres de familia del subnivel 2 de paralelo “A”de la jornada matutina, del CEI “Rita Chávez de Muñoz” .....	141
Anexo 3: Formato ficha de observación.....	144
Anexo 4: Formato entrevista dirigido a la docente .....	147
Anexo 5: Formato diario de campo .....	149
Anexo 6: Matriz semanal.....	151
Anexo 7: Formato consentimiento informado a padres de familia .....	152
Anexo 8: Formato consentimiento informado.....	153
Anexo 9: Formato consentimiento informado para la docente .....	154
Anexo 10: Consentimiento informado para la práctica pre profesional Mariela Torres .....	156
Anexo 11: Consentimiento informado para la práctica pre profesional Daniela Montaleza.....	157



Anexo 12: Formato consentimiento de fotos .....	158
Anexo 13: Imágenes de aplicación de la propuesta .....	159
Anexo 14: Cláusula de propiedad intelectual Daniela Estefanía Montaleza Merchán.....	162
Anexo 15: Cláusula de propiedad intelectual Mariela Alexandra Torres Vallejo .....	163
Anexo 16: Cláusula de licencia autorización para publicación repositorio institucional Daniela Estefanía Montaleza Merchán .....	164
Anexo 17: Clausula de licencia autorización para publicación repositorio institucional Mariela Alexandra Torres Vallejo .....	165
Anexo 18: Certificado del turnitin .....	166

## Introducción

La educación alimentaria y nutricional se define como una estrategia que ayuda a facilitar el aprendizaje y la adopción de buenas conductas de alimentación saludable de cada individuo o comunidad. Por tal razón, en Educación Inicial se debe orientar a desarrollar hábitos alimentarios, que involucren a los infantes y a sus familias. Con ello, se abarca la necesidad de enseñar y explicar la importancia de una buena alimentación. En ese sentido, se implica y se desarrolla en el infante un descubrimiento sobre el bienestar que obtiene al alimentarse correctamente. La investigación desarrollará la importancia de la educación alimentaria y nutricional en los infantes del subnivel 2A del CEI “Rita Chávez de Muñoz” de Cuenca - Ecuador.

El propósito de este estudio es apoyar a los infantes, padres de familia y a toda la comunidad educativa, a conocer sobre la importancia de la educación alimentaria y nutricional. Para ello, se pretende desarrollar actividades didácticas dirigidas a niños, niñas de 4 a 5 años de edad. Esta necesidad surge en el papel de acompañamiento estudiantil de las prácticas pre profesionales realizadas a lo largo de los ciclos formativos, en las modalidades presencial y virtual, en las que se observó que la mayoría de los infantes carecen de una alimentación adecuada para alcanzar sus necesidades de desarrollo. En muchos de los casos, se visualiza que el refrigerio se encuentra compuesto por snacks, golosinas, bebidas azucaradas y alimentos procesados que originan y ocasionan resultados negativos para la salud y en su rendimiento estudiantil. Cabe agregar, que esta reincidencia, de alimentación saludable, se manifiesta en la mayoría de los centros de educación inicial en donde se desarrollaron los procesos formativos pre profesionales.

Este estudio pretende dar a conocer la importancia de la educación alimentaria y nutricional, mediante actividades didácticas desarrolladas a niños y niñas, con las mismas aprenderán a desarrollar buenos hábitos alimenticios, y que así desde pequeños conozcan qué alimentos son adecuados para su crecimiento y desenvolvimiento y aprenderán sobre la importancia de los nutrientes y vitaminas que tienen los alimentos. Por lo cual, cada uno de ellos será capaz de cuidarse y alimentarse con alimentos que les brinde vitaminas y nutrientes para su cuerpo, transmitiendo los conocimientos de manera directa a sus familias y a las personas que los rodean.

## Capítulo I

### 1.1 Situación problemática

Las prácticas pre profesionales se realizaron en el Centro de Educación Inicial (CEI) “Rita Chávez de Muñoz”. La institución se encuentra ubicada en el cantón Cuenca, en la parroquia Cañaribamba, sector Perezpata. Su dirección es la República 2-12 y Juan de Velasco y el código AMIE corresponde al 01h00077. El establecimiento es de sostenimiento fiscal, donde la mayoría de los padres y madres de familia son de clase económica baja; lo cual se vio agudizado por la pandemia.

El centro educativo consta de dos jornadas divididas en los horarios matutinos y vespertinos. En la actualidad, por la pandemia y crisis sanitaria, las clases se desarrollaron en modalidad virtual y desde el 14 de marzo del 2022 las clases volvieron a ser presenciales. La institución cuenta con 14 docentes distribuidos en una población de 177 niños y niñas. La infraestructura cuenta con siete paralelos de aprendizaje, dos bodegas, siete baños y un espacio de juegos.

Las prácticas pre profesionales fueron realizadas durante ocho semanas consecutivas en el CEI; dentro del subnivel 2 del paralelo “A”, distribuido con 22 estudiantes, 9 niñas y 13 niños en la jornada matutina, bajo la modalidad virtual. El CEI brinda atención permanente a la comunidad educativa por parte del directivo y docentes. En ese sentido, para coordinar actividades administrativas y pedagógicas, se generan bajo una organización de cronogramas de trabajo elaborados conjuntamente con la comunidad educativa de manera virtual y presencial.

A lo largo de las prácticas pre profesionales se observó que muchos de los infantes no se alimentan adecuadamente. En su mayoría, los alimentos que ellos consumen es comida chatarra, alimentos procesados, bebidas azucaradas y golosinas; los mismos generan resultados negativos en su salud, crecimiento, desarrollo y en su rendimiento escolar.

En Educación Inicial, las consecuencias de una mala alimentación son bastante serias de lo que la comunidad y las familias suelen suponer, especialmente si se trata del desarrollo de enfermedades graves y su afección en el desarrollo y rendimiento diario. Los infantes sufren

las

deducciones de la mala alimentación y nutrición de un sistema alimentario que no tiene en cuenta sus necesidades de desarrollo. Es común que esto se propicie en las comunidades que son más pobres y marginadas, en donde los padres y madres de familia no cuentan con un trabajo estable y con recurso que permitan la adquisición de la canasta básica. Por lo cual, para prevenir los efectos más nocivos es necesario generar espacios de conocimientos y educación en el campo de la nutrición.

En la investigación se abordará la importancia de la educación alimentaria y nutricional, en la población de infantes de 4 a 5 años de edad. Como consecuencia, se ve reflejado que la falta de una buena alimentación afecta radicalmente en el crecimiento de los infantes, por lo que muchas veces no llega a la talla y peso según su edad. Por otra parte, afecta en su crecimiento afectivo e intelectual, que pueden generar en los niños atrasos en su aprendizaje y desarrollo motriz.

El problema principal es la carencia de nutrientes, ya que su deficiencia, repercute en su capacidad de pensar, sentir y expresarse. Es por estas razones que se pueden desarrollar problemas a futuro. Los mismos ya expuestos (baja estatura, problemas de cognición), además, que la desnutrición es irreversible, también se convalidarán con un bajo nivel de aprendizaje y en su adultez serán más propensos a enfermedades crónicas. En ese sentido, es importante considerar como base el Currículo de Educación Inicial (2014), que enfatiza las diferencias “entre alimentos nutritivos y no nutritivos, identificando los beneficios de una alimentación sana y saludable” (p. 35).

Los hábitos de alimentación que los infantes tienen son los principales problemas de la mala nutrición. Por ejemplo, en el desayuno los padres reemplazan un jugo de frutas natural por una bebida procesada o leche con café endulzada con azúcares. En otros casos, los niños no desayunan, ya que toda la familia tiene malos hábitos de no ingerir alimentos en las mañanas. Por otro lado, en los refrigerios que llevan a la escuela están constituidos principalmente por snacks, jugos con azúcares añadidos, o alimentos procesados. A su vez, su almuerzo es un plato lleno de carbohidratos, porque son combinados de papa, fideos, arroz, pan o frijoles en una sola comida.

## Objetivos

### 1.2 Objetivo General

Fomentar la educación alimentaria y nutricional con actividades didácticas en infantes del subnivel Inicial 2, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca - Ecuador

### 1.3 Objetivos Específicos

- Fundamentar teóricamente la educación alimentaria y nutricional en la educación inicial.
- Valorar la educación alimentaria y nutricional en el proceso de aprendizaje del subnivel 2A, de 4 a 5 años, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador.
- Diseñar actividades didácticas que fomenten la educación alimentaria y nutricional en infantes del subnivel 2A, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca – Ecuador.
- Aplicar las actividades didácticas que fomenten la educación alimentaria y nutricional en infantes del subnivel 2A, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca – Ecuador.
- Evaluar la aplicación de las actividades didácticas que fomenten la educación alimentaria y nutricional en infantes del subnivel 2A, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca – Ecuador

## 1.4 Justificación

La presente investigación se enfoca en estudiar la importancia de la educación alimentaria y nutricional en Educación Inicial. Esta preocupación se genera en el progreso de las prácticas pre profesionales, en donde se ha podido observar que algunos infantes no se alimentan correctamente. Este panorama se ha intensificado por la crisis sanitaria, puesto que, muchos estudiantes han adquirido algunas enfermedades debido a la mala alimentación. Cabe resaltar, que los estudiantes han adquirido el gusto por la comida procesada, esto es: golosinas, comida chatarra, alimentos procesados y bebidas gaseosas con altos niveles de azúcar.

Una de las causas que ocasionan los malos hábitos alimenticios y que los organismos internacionales resaltan, es la deficiencia económica de la familia y por falta de conocimiento. Para el director ejecutivo del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2011) una mala alimentación no es consecuencia de la falta de alimentos, sino a razón de la marcada desigualdad y pobreza. Es por esta razón y por la agravante de la crisis sanitaria, por la que muchas familias no cuentan con los recursos necesarios para brindar una buena alimentación a sus hijos y a sí mismos.

Con esta investigación se pretende indagar nuevas adquisiciones para una conducta positiva en relación con la alimentación y nutrición. Así pues, el infante podrá aprender a elegir y diferenciar, qué comida es saludable y qué comida es dañina para su organismo. Como resultado, se propicia en cada uno de los estudiantes conciencia de las consecuencias que hay por alimentarse de una manera incorrecta.

Por otra parte, la alimentación saludable se percibe como una necesidad básica en los niños y niñas. En ese sentido, se generan espacios de participación y exploración para la atención “oportuna y pertinente de las necesidades y requerimientos de los niños en relación con la alimentación” (Currículo de Educación Inicial, 2014, p. 16). En la actualidad, se ha observado que la población infantil sustituye su base nutricional por alimentos procesados y bebidas con alto contenido de azúcar.

Es por ello que se aplicarán diferentes instrumentos de exploración para sondear cómo es la alimentación de los estudiantes en su hogar, con los resultados adquiridos se realizarán actividades en las que los niños y niñas aprendan a reconocer los alimentos nutritivos que beneficien y que obtengan un gran valor afectivo y sobre todo nutritivo, para que de esta manera

los infantes tengan bienestar y gocen de buena salud.

Cabe agregar, que es primordial identificar los tipos de alimentos que consumen a diario los niños y niñas, puesto que existe una gran población que se alimenta de una forma incorrecta. Esto perjudica a su salud, además genera una gran cantidad de enfermedades crónicas que se desarrollan día a día, provocados por los malos hábitos alimenticios y nutricionales. Es importante destacar, que otros de los factores que propician una mala alimentación son los discontinuos horarios de las comidas, la falta de tiempo o recursos, que desencadena que los infantes demuestran un bajo rendimiento y problemas de salud a lo largo de su vida escolar, provocando la adquisición de enfermedades a largo plazo. La UNICEF (2021) menciona que una mala alimentación y la desnutrición son de los principales problemas del país dentro de la salud pública. Para entender la importancia de una buena alimentación, se debe conocer que en el país existe un 67% de niños y niñas que se encuentran afectados por una mala alimentación (Ministerio de Educación, 2010).

Por esta razón, es imprescindible propiciar espacios de enseñanza con los infantes del CEI sobre la importancia de la educación alimentaria y nutricional, siendo los beneficiarios directos de esta investigación. Para ello se establecen actividades didácticas que estén acorde a su edad y formación. De ahí que, se reivindique la razón de generar conciencia en los padres de familia, docentes, centros de educación inicial y principalmente en los niños y niñas, sobre la importancia de una buena alimentación rica en nutrientes y vitaminas. Es decir, la propuesta puede ser ejemplo para la expansión de las buenas prácticas alimenticias.

Para finalizar, es necesario recordar que lo más importante de una buena alimentación es asegurar el desarrollo y crecimiento adecuado de los niños y niñas. En complemento, tiene que estar acompañada de actividad física, con lo cual, se evita que en un futuro posean enfermedades nutricionales. Es de vital importancia tener una dieta equilibrada, evitar los alimentos procesados, bebidas con azúcares añadidos, alimentos con colorantes y comida chatarra.

Todo lo antes mencionado nos llevó a generar la siguiente pregunta de investigación:

¿Cómo fomentar la educación alimentaria y nutricional con actividades didácticas en infantes del subnivel Inicial 2, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca - Ecuador?

## Capítulo II

### 2 Marco Teórico

#### 2.1 Antecedentes

Por medio de la búsqueda exploratoria de información para la consecución del presente trabajo de investigación, se obtuvieron hallazgos de investigaciones desarrolladas en el ámbito local, nacional e internacional ligadas al objeto de estudio, sobre la importancia de la educación alimentaria y nutricional en la educación inicial. Dentro de las articulaciones y conclusiones principales se valida la importancia y los resultantes que trae consigo la carencia de una buena alimentación. En esa línea, es significativo resaltar la revisión bibliográfica que sirvió para llevar a cabo sus investigaciones. Esto permite visibilizar los resultados obtenidos con base en las propuestas creadas. Todo aquello, en función de las necesidades evidenciadas en cada caso, para la base analítica que desarrolla la presente propuesta.

#### Antecedentes locales

Los antecedentes locales son investigaciones precedentes que sirven como referencia para guiar el trabajo de investigación, puesto que, permite conocer lo que se ha trabajado hasta la actualidad sobre el núcleo analítico. En ese sentido, orientan nuestra práctica investigativa para evidenciar los aportes y vacíos en las diferentes propuestas. Cabe agregar, que no se trata de evaluar los enfoques, sino más bien, nutrir nuestra investigación con base en las experiencias y experticias. De ahí que, se presentan tres trabajos que se acoplan a nuestro interés de estudio.

Como primer antecedente local, lo constituye el trabajo final de grado en nutrición y dietética titulado: “*Hábitos alimentarios y su influencia sobre el estado nutricional en escolares de la Unidad Educativa Particular Latinoamericano y Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares, Cuenca 2018 - 2019*” de los autores Matute y Tixi. Los resultados de la investigación se presentaron en el año 2019, en la Universidad de Cuenca. El objetivo de la investigación tuvo el fin de “determinar los hábitos alimentarios y su influencia sobre el estado nutricional en niños de edad escolar de 9 a 12 años de la Unidad Educativa Particular Latinoamericano y Escuela De Educación Básica Manuela Cañizares” (Matute y Tixi, 2019, p. 16).

La metodología de investigación se enmarca en el paradigma cuantitativo. Su alcance de investigación es de tipo descriptivo, con una



población aleatoria de 90 niños. Las técnicas que se utilizaron fueron la evaluación antropométrica y una encuesta alimentaria. Para el análisis de datos se manejó el software Excel y EPIDAT. Este último es un software, usado en epidemiología de libre distribución, desarrollado por la Dirección Xeral de Saúde Pública da Consellería de Sanidade (Xunta de Galicia) (Sergas, 2016). Los resultados de esta investigación muestran, la correlación entre alimentación y desarrollo, concluyendo que existe un 51.1% de niños con delgadez.

Teniendo en cuenta esta investigación, los aportes que nos brinda al trabajo de investigación es la importancia del conocimiento que deben adquirir los infantes al consumir buenos alimentos. Además, se recalca como eje central la institución educativa, siendo un espacio para generar hábitos alimenticios y de esta manera disminuir las cifras de desnutrición en las diferentes localidades.

Como segundo antecedente local de este trabajo de investigación lo constituye el trabajo final de grado en el área de la Medicina titulado: “*Estado nutricional y alimentario en estudiantes de la escuela Remigio Crespo Toral de la parroquia Chorocopte - Cañar. Marzo 2019 - octubre 2019*” presentado por Chimbaina en el año (2020). Este trabajo se desarrolló en la Universidad Católica de Cuenca. El mismo tuvo como objetivo “valorar el estado nutricional y alimentario de estudiantes de la escuela Remigio Crespo de la localidad de Chorocopte de la provincia de Cañar. El estudio fue efectuado entre marzo del 2018 y octubre del 2019” (Chimbaina, 2020, p. 22).

La metodología de investigación aplicada se enmarca en el paradigma cuantitativo. De ahí que, es de tipo analítico y transversal. La muestra usada en este estudio fue desarrollada en 115 estudiantes. Para el análisis de datos se utilizó el software SPSS v15 (Statistical Package for the Social Sciences). Los hallazgos trascendentales resaltan que, dentro del total de la población de estudio, el 71.3% se encuentran en un estado catalogado como normal. Esta conclusión se basa en que la dieta nutricional de estos estudiantes se encuentra ligado al consumo de frutas y verduras.

En ese sentido, el trabajo se adhiere como aporte a nuestra investigación por el realce que se propende en la importancia de que los estudiantes tengan un buen estado nutricional. Esto con base en una investigación empírica aplicada de corte cuantitativo. De ahí que, impulsa a generar campañas y estrategias orientadas en una nutrición balanceada. El fin trata en concientizar a los padres de familia y estudiantes

sobre la necesidad explícita de una buena alimentación y nutrición, ya que, la deficiencia puede afectar en el desarrollo adecuado de los niños.

Como último antecedente local de este trabajo de investigación lo constituye el trabajo final de posgrado en medicina familiar y comunitaria titulado: *“Malnutrición en niños menores de 5 años y su asociación con factores de riesgo. Chordeleg, 2017”* de Montesdeoca, G. presentado en el año 2019. El trabajo se desarrolló en la Universidad de Cuenca. Montesdeoca (2019) tiene como objetivo:

Determinar la malnutrición en los niños menores de 5 años y su asociación con factores de riesgo como nivel socioeconómico, seguridad alimentaria, funcionalidad familiar, número de hijos, nivel de educación de la madre, persona que cuida al niño, peso preconcepcional y ganancia adecuada de peso o no durante el embarazo, peso del niño al nacimiento y edad gestacional, lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses en el cantón Chordeleg. (p. 28)

La metodología de investigación se orienta al paradigma cuantitativo. Por tanto, se explicita la investigación con un carácter analítico y transversal. Para ello, se conformó una muestra aleatoria de 214 niños de la localidad de Chordeleg. La información fue recolectada con formularios estructurados y los datos se tabularon en SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 24. Dentro de los principales resultados se determinó un gran índice en los niños con desnutrición aguda y crónica. Esto se vincula a la inseguridad alimentaria y disfuncionalidad familiar, debido a un bajo nivel socioeconómico.

Este trabajo aporta al tema de estudio, para alertar las consecuencias que pueden gestarse por una mala alimentación en niños menores de 5 años. En esa línea, nos impulsa a generar la conciencia y pertinencia social, del papel de las instituciones educativas para la creación de programas que promuevan una buena alimentación y nutrición. Cabe resaltar, que estos programas deben ser dirigidos a los padres de familia y a los estudiantes.

En función a los anteriores antecedentes locales, se ha podido evidenciar que los autores concuerdan en la importancia de una buena base alimenticia en los niños y niñas. En conjunción, se induce a establecer estrategias y actividades para fomentar una correcta alimentación. Por otra parte, los investigadores utilizan el paradigma cuantitativo, en el uso de encuestas y entrevistas estructuradas, para generalizar resultados, lo que permite extraer

experiencias de la localidad que ayudan a sustentar las bases de la importancia de nuestro trabajo de investigación.

### **Antecedentes nacionales**

Dentro de las aproximaciones teóricas y prácticas, a nuestra investigación se resaltan los antecedentes nacionales como anclaje de problematización al objeto de estudio. En ese sentido, a más de evidenciar las discusiones teóricas, permiten visualizar los marcos metodológicos y sus consecuentes técnicas e instrumentos, que ayuden a expandir la implementación de nuestro trabajo a desarrollar. En la exploración de la investigación en los antecedentes nacionales, se mencionan 3 trabajos que desarrollan como temas centrales la educación alimentaria y nutricional.

Como primer antecedente se pudo acceder a la tesis de grado de Salinas efectuado en el año 2016 titulado: *“Estado nutricional de la infancia relacionado con la seguridad alimentaria. Modelo de educación alimentaria. Pascuales”*. Este trabajo fue presentado en la Universidad de Guayaquil. El objetivo de la propuesta fue “diseñar un modelo educativo alimentario, para promover y mejorar el estado nutricional de los niños y niñas que se atienden en un centro de salud de Pascuales” (Salinas 2016, p. 1).

La metodología usada en este trabajo se enmarca en un enfoque cuantitativo, puesto que, utiliza técnicas como la encuesta cerrada basada en indicadores resultantes de un vínculo de variables numéricas. Cabe agregar, que se enmarca en un estudio de caso. Los resultados inducen a reflexionar sobre la alimentación y nutrición adecuada en los infantes, para alcanzar mejores índices de buena salud en los hogares.

Esta investigación aporta sobre los beneficios que pueden llegar a obtener los niños y niñas, por alimentarse correctamente. Además, recalca sobre las consecuencias que pueden propiciar una alimentación no balanceada en el desarrollo del infante.

Otro antecedente que realiza nuestro objeto de investigación es el trabajo final de grado en Ciencias de la Educación, mención educación parvulario titulado: *“La alimentación y el rendimiento escolar en niños de educación inicial”* de los autores Chicaiza, M. y Robayo, M presentado en el año 2017 en la Universidad Técnica de Cotopaxi. El mismo tuvo como objetivo analizar el vínculo entre la alimentación y el rendimiento escolar para contribuir a un buen desarrollo integral de los niños. Esta propuesta

se aplicó en estudiantes de 4 a 5 años de la educación inicial de la Unidad Educativa “Manuel Gonzalo Albán Rumazo”. (Chicaiza y Robayo, 2017, p. 8)

La metodología de investigación se basa en el paradigma cualitativo. Los autores resaltan su diseño metodológico como no experimental. En los resultados podemos observar que se considera importante consumir alimentos nutritivos, puesto que, se vincula con el resaltante en el rendimiento académico de los estudiantes. Es decir, mientras exista una correcta se genera la hipótesis de un mejor rendimiento académico. Cabe delimitar, qué si bien no es el único medio para el rendimiento, es un punto trascendental del ciclo de atención de los estudiantes. Es interesante destacar, que esta investigación sitúa una pirámide alimenticia basada en frutas, verduras, cereales y productos lácteos, puesto que, son alimentos que inciden en el rendimiento educativo y minimiza la adquisición de enfermedades.

El aporte que hace a nuestro trabajo de investigación es muy valioso, ya que destaca que una buena alimentación es fundamental para el rendimiento, el desarrollo y el crecimiento de los niños y niñas en educación inicial, haciendo partícipes a los padres de familia y a los docentes; si los niños mantienen una alimentación saludable desde temprana edad, tienen menos probabilidad de adquirir enfermedades a corto como a largo plazo.

Por otro lado, como antecedente se tomó en cuenta la tesis de grado en educación primaria de los autores Rizzo, T. y Vera, I. desarrollada en el año 2016. El trabajo se titula como: *“La nutrición infantil en la jornada escolar y su incidencia en los aprendizajes de los niños de inicial II de la unidad educativa moderna, Cantón Milagro, año lectivo 2015 – 2016”*. Ese trabajo se presentó en la Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil. El objetivo del trabajo de investigación fue establecer la importancia de los hábitos nutricionales escolares con la finalidad de potenciar el aprendizaje de los niños (Rizzo y Vera, 2016).

Esta investigación se enmarca en la metodología y paradigma cualitativo. Además, tiene un alcance descriptivo. Para ello, recoge información mediante la observación y encuestas, bajo la modalidad de varios estudios de caso. Entre los principales resultados, se visibiliza como propuesta que se realizaron talleres con los padres de familia, para incentivar la reflexión sobre la nutrición de sus hijos y familiares. Todo aquello, se enmarca en la relación de nutrición y desarrollo del aprendizaje de cada niño. Esta relación se evidencia con las dificultades que presentan los infantes en las instituciones escolares al momento de preferir

alimentos no saludables, que son perjudiciales para su salud.

En ese sentido, el aporte de esta investigación nutre nuestra propuesta de investigación, puesto que, recalca la importancia de adquirir hábitos nutricionales que favorezcan el desarrollo infantil, vinculado a la importancia de generar espacios de formación con padres y autoridades. De igual manera nos permite conocer fundamentos teóricos que sustentan la temática de nuestro estudio.

En relación con los antecedentes nacionales, se ha podido evidenciar que los autores tienen una coherencia al momento de mencionar sobre la nutrición infantil en los centros educativos. También, manifiestan, lo primordial que significa reflexionar sobre la buena alimentación y nutrición, en centros educativos y espacios familiares, por el grado de implicación en la reducción de riesgos de enfermedades como obesidad, diabetes y entre otras. Cabe recalcar, que los autores utilizan una misma metodología, por lo que las temáticas de los estudios son similares y esto permite obtener información acerca de temas transversales que convergen en nuestro tema de investigación.

### **Antecedentes internacionales**

Las bases internacionales son aquellas investigaciones teóricas que se realizan en diferentes territorios, donde la investigación se relaciona con la variedad de escenarios y circunstancias problemáticas. De ahí que, la importancia de este antecedente permite identificar la sinergia con líneas de investigación que se desarrollan en nuestra propuesta. En ese sentido, permite dialogar la pertinencia del trabajo y los nudos críticos para entablar un aporte desde nuestro contexto a estudiar.

Uno de los antecedentes de este trabajo lo constituye el trabajo final de grado en Educación Primaria titulado: “*Educación alimentaria y nutricional como herramienta para ampliar los conocimientos alimentarios de los niños escolares de un colegio oficial de USME, Bogotá*” de Orduz, A. desarrollado en el año 2018 en la Pontificia Universidad Javeriana. El objetivo de este estudio se delimita en “evaluar el efecto de la educación alimentaria y nutricional de un estudio de caso específico en niños escolares de un colegio oficial de Usme en la localidad de Bogotá” (Orduz, 2018, p. 18).

La metodología que ampara esta investigación, se basa en el paradigma cualitativo. Para ello, utilizan un estudio de conocimientos, actitudes y

prácticas, comúnmente conocido como CAP. Además, como insumo que guía la investigación exploran la búsqueda de la población y el ensayo comunitario. Entre las principales conjeturas que dirigen los resultados obtenidos está la interacción entre la educación alimentaria y nutricional. Esta relación se evidencia mediante estrategias enfocadas en las habilidades del desarrollo para tomar decisiones acertadas. En ese sentido, se relacionan las buenas acciones para obtener una alimentación más adecuada en los ámbitos escolares.

El aporte de este trabajo a nuestro objeto de estudio propende a destacar la importancia de una buena alimentación en la educación inicial. Esto es, impulsar a crear en los infantes hábitos alimenticios, acordes a sus edades, con procesos dinámicos. Igualmente, nos permite explorar a profundidad sobre los principales referentes teóricos para sustentar el interés de la temática de nuestro estudio y configurar un estado del arte que consienta dialogar su pertinencia.

Nuestro segundo antecedente de trabajo lo fundamenta el trabajo final de Grado en Educación primaria titulado: *“Aplicación de estrategias lúdico-didácticas en Educación alimentaria nutricional en preescolares del Jardín de Infantes No 933 Jorge Newbery, del Partido de General Pueyrredon”* de Navarrete, M. desarrollado en el año 2015 y presentado en la Universidad Nacional de la Planta Facultad de Ciencias Médicas. Este trabajo de tesis tiene el fin de “evaluar la influencia que tiene la información nutricional en estudiantes de 5 años de edad, mediante la selección de estrategias lúdico-didácticas”. La investigación es aplicada, bajo la modalidad de estudio de caso, en el jardín 933. Además, utilizan como eje transversal la eficacia de su implementación en los conocimientos, actitudes y prácticas (CAP), basados en una dieta familiar que incorpore frutas y verduras (Navarrete, 2015).

La metodología, como bien se enfatizó, se desarrolla bajo el lente del estudio de caso. Para ello, como herramienta de recopilación de información, se basaron en la entrevista a profundidad con padres de familia, además de actividades con los infantes. Cabe agregar, que en el trabajo desarrollado con los estudiantes se implementó una técnica didáctica, acorde a las necesidades y actividades de los centros infantiles. El objetivo fue promover una buena alimentación para disminuir las enfermedades cardiovasculares en el desarrollo infantil.

En ese sentido, basados en el trabajo de investigación expuesto, se determina que existe una correlación entre obesidad infantil y alimentación apoyada en comida chatarra o alimentos con altos niveles de grasa saturada. En contraposición,

se presenta la importancia de ingerir verduras y frutas en los infantes, bajo el desarrollo de actividades lúdicas.

De ahí que, el aporte de esta investigación, a nuestra propuesta resalta la importancia de promover la relación entre adecuada nutrición y hábitos alimenticios en los estudiantes. Todo aquello, mediante una combinación de experiencias de aprendizaje, que se asocian a la importancia de conocer el medio de desarrollo. Esto es, familias, comunidad y establecimiento educativo.

Como tercer antecedente relevante, se halló la tesis de grado de Lozano, desarrollada en el año 2015. La propuesta fue efectuada en la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), titulada como: *“Proyecto Educativo para potenciar la alimentación sana en alumnos de educación inicial”*. El objetivo de la investigación fue “establecer actividades dirigidas, en un proyecto educativo, para fomentar la alimentación sana en la educación infantil” (Lozano, 2015, p. 6).

La metodología para la investigación se basa en el paradigma cualitativo. En ese sentido, describe aportes de contribución que genera al estudio en desarrollo (puede ser teórico o práctico). Entre los principales hallazgos se obtiene, la valoración y relación de impulsar la situación nutricional en los infantes. Además, la relación evidencia la problemática y las bases de algunas dificultades que presentan implementar la propuesta en los centros escolares. De ahí que, permite identificar los nudos críticos que previenen nuestro trabajo de investigación.

El aporte de este trabajo a nuestra investigación se enmarca en el plano teórico, que recalca la importancia de la base de una buena alimentación y nutrición, para el óptimo desarrollo de cada niño y niña. Además, esta importancia viene ligada a su validación, por medio, de actividades interactivas, con el fin de motivar en los infantes el reconocimiento de las bases de una buena alimentación.

Con relación a los antecedentes internacionales, se ha evidenciado caracterizar que los autores concuerdan en la validez de la importancia de la educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años de edad. Esta relevancia se fundamenta en el beneficio que implica alimentarse correctamente, en la relación de salud y el desarrollo infantil. Además, se concatena la baja probabilidad de la adquisición de enfermedades y el desarrollo del proceso de aprendizaje. Cabe resaltar, que, si bien los autores no utilizan un mismo plano de estudios a

metodológico y de instrumentos, confabulan en los resultados que permiten visibilizar nuestro trabajo de investigación.

## 2.2 . Fundamentos teóricos

### Marco conceptual

A continuación, se hace una referencia de una serie de teorías y enfoques para el acometimiento con relación a la educación alimentaria y nutricional en la Educación Inicial.

*Ilustración 1: Marco conceptual*



*Nota: Elaboración propia*

## 2.3 Concepto de alimentación y nutrición

### Alimentación

La alimentación es una actividad fundamental en todas las personas y en los seres vivos. En ese sentido, tiene un papel importante, ya que nos brinda los nutrientes, que se convierten en la energía necesaria para vivir. Una de las ideas sobre la alimentación que se rescató lo precisan Martínez y Pedron (2016) mencionan que “la alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrarnos. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta” (p. 5). De igual manera, la alimentación radica en un proceso básico y fundamental de necesidades que permite a nuestro cuerpo funcionar correctamente. De ahí que, es necesario mantener una alimentación



saludable, puesto que, corremos el riesgo de adquirir enfermedades que se presentan a mediano o largo plazo.

Es necesario precisar que la alimentación produce una gran cantidad de nutrientes potenciales para nuestro organismo. De hecho, tiene gran valor la cantidad de alimentos que se ingiere, representado por medio de un valor nutritivo efectivo. Esto se genera por la cantidad de nutrientes que se transmiten a la sangre dirigiendo al metabolismo (Perote y Polo, 2017). En definitiva, la alimentación es vital para la supervivencia del organismo, porque contiene sustentos que aportan a nuestro bienestar, por eso es necesario conllevar una alimentación saludable.

Ahora bien, es importante precisar la importancia de la alimentación infantil, en los estudios de las áreas de la Educación para la Salud y la Salud Pública. Con aquello, se trabaja para brindar una educación en línea de la precaución de la salud, favorecimiento a los hábitos para tener una vida más saludable (Cubero et al., 2012). Globalmente, la alimentación infantil se llega a desarrollar mediante él (EPS) que es un método que permite la enseñanza sobre los estilos de vida saludable. Por consiguiente, tiene el fin de fomentar la salud de una manera adecuada, con el objetivo de prevenir enfermedades. Asimismo, la educación infantil aporta a la concreción de las etapas de desarrollo y crecimiento. Con lo cual, se forja como una de las herramientas más relevantes para la generación del cuidado y de hábitos saludables. Otro de los conceptos fundamentales para el desarrollo de este trabajo es la nutrición.

## **Nutrición**

La nutrición se relaciona con base en la asimilación de nutrientes mediante una integración de alimentos que convergen en procesos desarrollados al momento de ingerir sustancias alimenticias. Estas sustancias son valiosas para nuestro organismo y el desarrollo habitual de actividades, por el hecho de contener vitaminas, minerales y otros. Por ejemplo, la Organización Panamericana de la Salud (2011) menciona que la nutrición es crucial para prevenir las enfermedades que tienen relación con la dieta.

El Código de la niñez y adolescencia en el artículo 26 (2013) establece que “todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna, con el fin de asegurar una alimentación nutricional, equilibrada y suficiente” (p. 2). Por lo tanto, es preciso la enseñanza a los niños y niñas, sobre la armonía en los alimentos que es primordial en una buena

alimentación. Con aquello, implica: cantidad, calidad, armonía y adecuación.

Por ejemplo, al hablar de cantidad, se trata de equilibrar la ingesta de alimentos para cubrir las exigencias calóricas que necesita cada persona para el mantenimiento diario. Por tanto, se hace necesario que, dentro de la calidad, estos alimentos deben ofrecer al organismo todos los nutrientes requeridos. Esto se genera en transversalidad con la armonía, puesto que, consiste en el balance de las cantidades de nutrientes, con relación a las porciones de alimentos. Así mismo, la adecuación prioriza que los alimentos se encuentren verificados por sus filtros higiénicos que eviten el padecimiento de enfermedades.

Todos los antecedentes se deben desarrollar, con base en una alimentación variada y adecuada a la edad de cada persona. Es importante precisar que, todos los cuerpos necesitan diferentes cantidades conforme a sus necesidades alimenticias según su etapa de vida.

La atención y educación de la primera infancia articula elementos de educación y atención integral que comprende la protección, la salud, alimentación e higiene, en un contexto seguro y estimulante, que deben ser garantizados y regulados por el ente rector del sector de inclusión económica y social y de la Autoridad Nacional de Salud. (Ley Orgánica de Educación Intercultural, en el art.39.1, 2021, p. 41)

En educación inicial la alimentación y la nutrición debe de ser un elemento fundamental, por el simple hecho de que los alimentos que se llegan a ingerir contienen proteínas que son necesarias para el cuerpo, y el funcionamiento correcto en la etapa del crecimiento del infante, pero cabe recalcar que también existen alimentos que son dañinos para nuestro organismo.

De la misma forma, en la Constitución de la República del Ecuador (2008), en el Art 66.2 menciona que: “el derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios” (p. 32).

Después de revisar todos estos documentos legales y normativos, se puede rescatar que la alimentación es de vital importancia para el Estado, como política pública que permita, desarrollar una esencial en las personas y especialmente en los niños y niñas, como constructo para su desarrollo, crecimiento y el correcto desempeño en el ámbito escolar.

## 2.4 Composición y propiedades de los alimentos

De los alimentos se obtienen nutrientes y energías que son necesarias para las funciones diarias de cada persona para garantizar una buena salud. De tal manera, ingerimos alimentos para proporcionar placer y satisfacción, con lo cual facilita la convivencia.

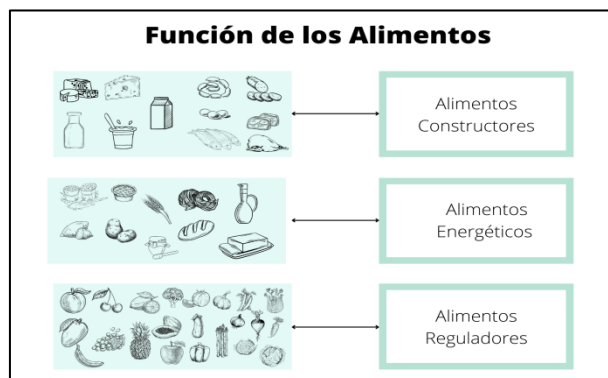
*Ilustración 2: Alimentos y su clasificación*



*Fuente: Elaboración propia, basada en Martínez, A. y Pedrón, C.*

Cada grupo de alimentos se clasifica según su beneficio para el organismo. Los alimentos constructores tienen funciones como regenerar los tejidos en el organismo, estos se componen principalmente de proteínas de origen animal o vegetal y nutrientes. Estos alimentos son vitales para el desarrollo y el crecimiento durante la infancia. Se tienen los alimentos energéticos cuyo principal componente es el hidrato de carbono y las grasas que llegan a proporcionar energía a nuestro cuerpo y, por último, contamos con los alimentos más reguladores que contribuyen a nuestro cuerpo con vitaminas y minerales, conteniendo antioxidantes y ayudan a los procesos metabólicos.

*Ilustración 3: Función de los alimentos*



*Fuente: Elaboración Propia, basada en Martínez, A. y Pedrón, C.*

Cada grupo de alimentos responde a la necesidad de nutrientes necesarios para cada persona, manteniendo una dieta equilibrada que sea variada y balanceada. Además, se precisa el consumo necesario de agua y el mínimo de 30 minutos de actividad física. Para esto se debe tener en cuenta que cada persona, niño o adulto tiene necesidades diferentes. Por tanto, es recomendable realizar un menú heterogéneo tomando en cuenta el peso, talla, la edad y la actividad física. De esta manera se obtendrán las calorías que cada cuerpo necesita.

## **2.5 Dieta equilibrada y menús saludables**

Una dieta equilibrada es aquella que contiene una combinación de nutrientes energéticos, proteínas y beneficios que convergen en una buena salud. Pinto y Carbajal (2003) plantean que cuando se habla de una dieta equilibrada nos referimos a que las personas se alimentan de forma saludable y variada. Llevar una dieta es importante, porque ayuda a mantener una buena salud y a prevenir enfermedades. Es crucial conocer qué alimentos son los más nocivos para nuestra alimentación. Además, si se consumen dichos alimentos en grandes cantidades, como pueden ser las grasas, azúcares o sales, se hace necesario enseñar las diferentes consecuencias. Por ende, es mejor optar por alimentos naturales, frescos y que sean nutritivos, reduciendo el consumo de alimentos procesados, comida rápida y fritos.

Dentro de los alimentos que son necesarios para nuestro cuerpo están las verduras, frutas, cereales, productos lácteos, alimentos ricos en proteína, aceites y carbohidratos. Todos estos productos brindan nutrientes a nuestro cuerpo, siempre y cuando no sean consumidos en exceso. Ya que, si cualquiera de estos alimentos se consume de manera excesiva, la persona que lo consuma es más propensa a tener obesidad y enfermedades crónicas. De la misma manera, si se consume una gran cantidad de nutrientes, que por lo común pueden ser vitaminas o minerales, los efectos pueden ser más perjudiciales para la salud, puesto que, pueden causar toxicidad. Por otro lado, si las personas no consumen suficientes nutrientes, pueden pasar por desnutrición y anemia.

El menú que se puede preparar para infantes de 4 a 5 años tiene que ser sano, basándose en los nutrientes necesarios para su edad. Estos deben incluir verduras, frutas que sean frescas (vitaminas), productos lácteos descremados que sean bajos en grasa y calorías, carnes magras y cereales de grano entero (proteínas). Al mismo tiempo, se debe minimizar o dejar de consumir comida chatarra y también las bebidas procesadas que contienen grandes cantidades de azúcar.

El ejemplo que se muestra en la *Figura 3*, se encuentra organizado para un infante de 4 años que pesa aproximadamente 36 libras.

*Ilustración 4: Menú Saludable*

MENÚ SALUDABLE				
DESAYUNO	MEDIA MAÑANA	ALMUERZO	MEDIA TARDE	CENA
1/2 taza de leche descremada o baja en grasa	1/2 taza de fruta	1/2 taza de arroz cocido	1 cucharadita de mermelada	2 onzas de carne, pescado o pollo
1/2 taza de cereal	1/2 taza de yogur	1/2 taza de brocoli cocido	1 rodaja de pan integral o 5 galletas de sal	1/2 taza de pasta, arroz o papa
1/2 taza de melón, fresas o guineo		25g de pollo desmenuzado		1/4 de taza de verduras
		200 ml de agua o 100ml de jugo de fruta bajo en azúcar		
NOTA: Menú pensado para un infante de 4 años que pesa aproximadamente 36 libras 1 cucharadita = 1/3 de cuchara (5ml) 1 cuchara = 1/2 onza (15ml) 1 onza = 30 ml 1 taza = 8 onzas (240ml)				

*Fuente: Elaboración propia*

## 2.6 Riesgos de una mala alimentación para la salud

Como se mencionó anteriormente, las razones para no mantener una buena alimentación, puede converger por la ingesta excesiva de alimentos y el bajo consumo de alimentos esenciales. Esto conlleva al padecimiento de enfermedades que afectan a largo plazo a cada individuo. Ecuador es un país donde la malnutrición y obesidad incrementan cada día, como consecuencia de una mala alimentación; más de cuatro millones de personas no cuentan con acceso a alimentos que sean seguros y nutritivos.

Asimismo, a causa de la pandemia, estas problemáticas han incrementado en un 30%. Por ejemplo, en los infantes menores de cinco años, los datos reflejan que cada cuatro de diez padecen de desnutrición. Para erradicar estas cifras, la organización FAO en Ecuador promovió la siguiente campaña: "Challenge por #DerechoALaAlimentacion", que consistió en promover una alimentación saludable en supermercados. Estas actividades lograron un alto impacto en medios de comunicación, quienes colaboraron con la difusión de mensajes por el derecho a la alimentación y el combate a la desnutrición infantil (FAO, 2020).

La falta de una buena alimentación afecta a los infantes menores de cinco años radicalmente en su crecimiento. Es decir, muchas veces no llegan a la talla y peso adecuados para su edad, lo que influye en su crecimiento afectivo

e intelectual. Esto genera en los niños atrasos en su aprendizaje y desarrollo motriz. El problema principal es la carencia de nutrientes, puesto que, la falta de los mismos afecta su capacidad de pensar, sentir y expresarse. A continuación, se mencionan las principales consecuencias de una inadecuada alimentación y nutrición.

### **2.6.1 Desnutrición crónica infantil**

La cuestión de la desnutrición crónica en el Ecuador en los infantes de 0 a 5 años de edad se puede evidenciar en las zonas urbanas y rurales, dado que en esos sectores habitan personas con bajos recursos, por el motivo imperante de la desigualdad, sin contar con un trabajo estable. Como resultado, en la Sierra Central, el grado de gravedad es más alto que el de las otras regiones del país. En la Amazonía, las consecuencias son de un nivel intermedio, mientras que, en la Costa, el promedio de la desnutrición es menor al de la Sierra.

En definitiva, se podría decir que este problema se viene generando por los bajos ingresos económicos que están atravesando las personas más vulnerables, por ende, esta es la razón por la que los infantes no pueden alimentarse correctamente y padecen de la desnutrición (Vallejo, 2012). La desnutrición crónica es afectada por problemas con los ingresos económicos; al mismo tiempo, el cuerpo del infante no llega recibir los nutrientes en los primeros años de vida, por lo que los estudiantes pueden llegar a tener problemas de concentración al momento de la etapa escolar.

La desnutrición crónica es una dificultad que se extrapola a nuestra realidad local. Por ejemplo, en países como el Perú, la estadística demuestra que el 30% de infantes tienen consecuencias de esta causalidad. Además, se involucran con relación al incremento de los precios y, por ende, una economía en peripecias que eleva la desnutrición (Beltrán y Seinfeld, 2009). Es decir, la desnutrición crónica se viene dando desde hace muchos años, por la falta de medidas importantes de los gobiernos. Además, por falta de empleos y recursos económicos que no pueden sustentar una buena alimentación. Como resultado, se asocia como consecuencia la desmotivación al momento que los infantes estén en su organización escolar o clase.

La desnutrición crónica infantil es considerada uno de los principales problemas de salud pública del país. Para entender la dimensión de la problemática, es importante conocer sus múltiples causas: alimentación inadecuada o insuficiente y las enfermedades continuas durante los primeros dos

años de vida, además de otras carencias como: escasez de agua potable, saneamiento e higiene, y dificultades de acceso a los servicios de salud. (UNICEF, 2021, p. 1)

La desnutrición puede denominarse una afección que una persona puede presentar cuando no recibe los nutrientes necesarios que el cuerpo requiere. En esa línea, algunas de las veces la desnutrición puede ser leve sin ningún síntoma, pero cuando es grave, pueden generar daños permanentes al cuerpo. Es por esta razón que esta enfermedad afecta en cifras considerables tanto en nuestro territorio como en el mundo.

La desnutrición infantil se da más a menudo por la falta de nutrientes y por la ausencia de alimentos que son vitales y necesarios para el desarrollo de los niños, niñas, por lo que los infantes pueden llegar a desarrollar enfermedades en el crecimiento, tener dificultades en el rendimiento escolar o incluso, en los casos más drásticos, llegar al punto de la muerte. De acuerdo al gobierno nacional del Ecuador, se han tomado una serie de acciones, ya que la misma afecta en un 21% a niños de la costa, en un 16% a niños de la sierra y en un 27% a la Amazonía (Ministerio de Educación, 2010). Sin embargo, no existe una progresión al pasar de los años que permita superar esta necesidad.

### **2.6.2 Obesidad Infantil**

La obesidad infantil es una enfermedad más compleja de lo que muchas de las personas se imaginan, puesto que, es más que tener una cantidad excesiva de grasas en el cuerpo. Esta enfermedad trae consigo muchas más enfermedades y problemas de salud para el infante que la padece, como la diabetes, enfermedades cardíacas, presión arterial alta y algunos tipos de cáncer. A nivel emocional, en algunos casos se desarrolla en los infantes baja autoestima, ansiedad, y depresión. Es por esta razón que es importante llevar una dieta más saludable y realizar actividad física.

De acuerdo a Moreno (2012), “la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y calorías gastadas. Se ha visto una tendencia universal a tener una mayor ingesta de alimentos ricos en grasa, sal y azúcares, pero pobres en vitaminas, minerales y otros micronutrientes” (p. 125). En estos tiempos la obesidad infantil se ha venido incrementando más a menudo, por la excesiva cantidad de ingesta de alimentos no saludables, que son dañinos para nuestro organismo. Por ende, se caracteriza por una gran cantidad de grasa corporal, que llega a precisar en un riesgo para la salud.

También la obesidad se empeora por la falta de ejercicio, factores económicos y por consumir muchos alimentos procesados o denominados como comida chatarra. Una de las mejores estrategias que se puede utilizar para disminuir la obesidad infantil es valorar la alimentación y generar nuevos hábitos como de ejercicio en el que se involucre toda la familia.

### **2.6.3 Diabetes Infantil**

La diabetes es una enfermedad en la cual es ocasionada por los niveles de azúcar muy altos en nuestro cuerpo. Esta enfermedad se considera crónica, ya que el cuerpo no puede regular la cantidad de azúcar que ingresa en nuestro organismo. En una persona que padezca esta enfermedad, el cuerpo no es capaz de desplazar el azúcar que consume desde la sangre hasta los músculos, y, por ende, en las células para ser quemadas o almacenarlas como energía. Como consecuencia, existe el riesgo de tener un daño interno en el hígado, el páncreas o que las células no respondan a la insulina.

Los autores Durán et al. (2012) afirman que “la diabetes es una enfermedad metabólica y crónica, no transmisible y de etiología multifactorial, producida por defectos en la secreción y/o acción de la insulina” (p. 2). Es considerada como una enfermedad crónica que es producida durante un extenso tiempo, provocado por consumir alimentos que contienen azúcares o glucosa, y a la vez, es porque el cuerpo no llega a producir suficiente insulina.

La diabetes infantil se llega a caracterizar por el motivo que el páncreas no es el adecuado para producir necesaria insulina, que es fundamental para la producción de azúcares en los alimentos que contienen energía para el organismo. También se produce por una variedad de factores que conciben al individuo en una predisposición genética (diabetes tipo uno). Asimismo, se llega a producir por infecciones, malos hábitos alimenticios, defensas bajas y entre otros factores (Maset, 2015). En consecuencia, la diabetes infantil se puede generar por factores hereditarios genéticos y por una alimentación inadecuada (diabetes tipo dos). Sin embargo, hasta el día de hoy no se conoce en profundidad las causas de las enfermedades. Por tanto, su prevención con base en la educación es la mejor carta para combatir futuros malestares. A continuación, en el siguiente epígrafe se abordarán las enfermedades cardiovasculares en los infantes.

### **2.6.4 Enfermedad cardiovascular en los infantes**

La enfermedad cardiovascular se da cuando la grasa y el colesterol se van acumulando en las paredes de los vasos sanguíneos. Según la



Organización Mundial de la Salud (2017), “las enfermedades cardiovasculares son un grupo de desórdenes del corazón y de los vasos sanguíneos” (párr. 1). Las enfermedades cardiovasculares se desencadenan en cardiopatías como: cardiopatía coronaria, insuficiencia cardíaca, arritmias, entre otras. Estas enfermedades se desarrollan debido a que la sangre no puede circular libremente por la gran cantidad de grasa que se encuentran en las arterias, poniendo en riesgo la vida de la persona. En algunos casos se puede tratar esta enfermedad con operaciones, siempre y cuando, esta se detecte a tiempo. En caso contrario, la persona puede morir inevitablemente, de ahí que, los doctores aconsejan que se mantenga una dieta equilibrada y se realice ejercicio diario.

### **2.6.5 Anemia Infantil**

La anemia es una enfermedad que cualquier persona por no mantener una alimentación equilibrada puede padecer, porque esta afecta a la sangre con una disminución en el número de glóbulos rojos. La anemia puede ser la manifestación de una enfermedad llamada hematológica o como efecto secundario de otras enfermedades. Esta también tiene tres manifestaciones como leve, grave, y de larga duración, la misma que puede llegar a ser mortal. Algunos de los síntomas en infantes se pueden presentar por tener baja coloración de la piel, dolores de cabeza, cansancio, entre otras. A medida que avanza la enfermedad, esta puede acompañarse de taquicardias, dificultades respiratorias, cansancio al ejecutar actividad física y también fragilidad del cabello o las uñas.

La anemia es altamente prevalente en el mundo, afecta a casi la mitad de los niños menores de cinco años, y a una tercera parte de las gestantes. En países de bajos y medianos ingresos, como el Perú, se estima que la causa principal de la anemia es la deficiencia de hierro. La anemia es la etapa más severa de la deficiencia de hierro en el individuo. (Zavaleta 2017, p. 716)

Esto nos indica que la anemia se genera en una disminución de los glóbulos rojos, provocando la pérdida de sangre en los distintos tejidos del cuerpo. Con lo cual, provoca un descenso de hierro, induciendo la desorientación del bajo nivel de hemoglobina, causando cansancio, fatiga y sobre todo debilidad. Una de las consecuencias más comunes de la anemia en infantes es que pierden la concentración y atención en el ámbito escolar.

## 2.6.6 Cáncer Infantil por mala alimentación

Una mala alimentación es la responsable de generar sobrepeso u obesidad, las cuales son las causantes de desarrollar cáncer. Como ejemplo se tiene al cáncer de estómago, que se da por un exceso de grasa, lo que produce una inflamación del sistema digestivo. Este cáncer es muy usual en la obesidad, ya que, por la mayor producción de ácidos, estos pueden desencadenar úlceras y finalmente dar origen al cáncer de estómago. Otro cáncer puede ser el de hígado, pues este cáncer es similar a los que causa el alcoholismo y los síntomas son parecidos a los de la cirrosis. En este caso, este cáncer no es causado por el alcohol sino por una mala alimentación que desencadena a una enfermedad llamada hepática grasa.

Estos cánceres son los más habituales, unos que no son tan recurrentes en personas con mala alimentación, pero que de igual manera pueden provocarse son el cáncer de ovario, tiroides y el mieloma múltiple. Según la American Cancer Society (s.f.), “El mieloma múltiple es un cáncer de células plasmáticas. Las células plasmáticas normales se encuentran en la médula ósea y son un componente importante del sistema inmunitario” (p. 1). En este sentido, no basta con preguntarse por el cáncer de mieloma múltiple, sino que es necesario tener en cuenta estas enfermedades al momento de tener malestares o síntomas, para acudir a tiempo a un especialista.

## 2.7 Educación alimentaria y nutricional

### 2.7.1 Conceptualización de Educación alimentaria y nutricional

La Educación alimentaria y nutricional, según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (2016), señala la importancia de implicar “una variedad de estrategias educativas, implementadas en distintos niveles, que tienen como objetivo ayudar a las personas a lograr mejoras sostenibles en sus prácticas alimentarias” (p.3). En este sentido, se llega a relacionar con la nutrición para poder obtener una buena salud y un bienestar más seguro. Al ayudar a las personas a alimentarse de la mejor manera permite evitar que sufran a corto o largo plazo de enfermedades que afectan a su integridad tanto física como intelectual.

La alimentación en los infantes hoy se va reflejando por medio de una transición nutricional mundial, que se está desplazando en las comunidades aceptando prácticas de una alimentación tradicional, considerada saludable (Estado Mundial de la Infancia, 2019). En relación con la alimentación, se menciona que ya no se generan buenas prácticas tradicionales,

por el

simple hecho, de que muchas de las familias prefieren o se inclinan por alimentos altamente procesados, que no son beneficiosos para la salud.

Teniendo en cuenta de que, en el mundo y en especial Latinoamérica, la educación alimentaria y nutricional en las escuelas es de gran importancia, a continuación, nombraremos algunos países que manejan dentro de sus Constituciones o Currículos el tema medular.

Argentina, en su Diseño Curricular de Educación Inicial (2000) menciona que es reconocida la alimentación sana y equilibrada, puesto que, ayuda en el desarrollo de los niños, teniendo principalmente en cuenta a infantes de 0 a 6 años (p. 46). Argentina también desarrolló una guía llamada “*Alimentación saludable en la Escuela*” en la que nos habla sobre la importancia de la relación de escuela y familia, en las cuales se establezcan hábitos alimenticios que fomenten un buen desarrollo. Por otra parte, brinda pautas de lo que una escuela debe ofrecer dentro de sus bares, cómo debe ser una buena organización de los comedores, y establece un proyecto educativo institucional que está abierto para que cualquier institución pueda aplicarlo. Una de las recomendaciones que nos da la guía es que la familia y la escuela trabajen conjuntamente para erradicar las enfermedades que pueda traer una mala alimentación.

En Colombia se puede encontrar una situación similar. En este país se desarrolló una encuesta nacional de la situación nutricional en el año del 2010. En esta encuesta, Colombia mostró que se mejoró considerablemente la desnutrición infantil, la anemia y el hambre en los infantes. Para esto, Colombia desarrolló guías alimentarias para las personas y también elaboró una propuesta del “Plan Nacional de Educación Alimentaria y Nutricional”. En este plan nos habla sobre los hábitos alimenticios y guías alimentarias. La educación alimentaria y nutricional tiene un papel muy importante para adoptar estilos de vida saludable.

El estado nutricional en México es afectado, por la razón de las transformaciones epidemiológicas, en la cual está atravesando el país, con relación a los problemas nutricionales que viene de hace muchos años, dado que la pobreza es causa principal para que los infantes no se puedan alimentar correctamente. Por esta razón, la secretaría de Salud, desarrolla una “Guía de Alimentos para la población mexicana”. En esta guía se detallan los porcentajes de calorías que debería una persona con peso, talla y edad determinada. También recomiendan que cada una de las personas debería ir al nutricionista para tener un mejor seguimiento de su alimentación. Por otro lado, establece que para que exista un desarrollo en los infantes mayores

de dos años es importante que gocen de una buena alimentación, que sea equilibrada y que posea todos los grupos de alimentos necesarios.

En Paraguay, según datos del 2018, se afirma que por lo menos 3 de cada 10 niños, niñas menores de 5 años padecen obesidad y un 11,4% padece de desnutrición crónica. Teniendo en cuenta estos datos, El Instituto de Alimentación y Nutrición de Paraguay implementó la Guía Alimentaria para niños menores de 5 años. La guía se divide en 5 unidades, cada una está dividida por edades, en la revisión de las edades de 3 a 5 años tenemos que para este país es crucial que los niños estén bien alimentados y que tengan los nutrientes suficientes para el correcto desarrollo y crecimiento. También tiene en cuenta que los infantes que asisten a un centro de educación inicial deben mantener una dieta equilibrada y que sus refrigerios o colaciones deben ser saludables.

En Ecuador, debido a la alta pobreza registrada, el Ministerio de Salud desarrolla la guía alimentaria, que está dirigida a todo público. También se implementó la semaforización en los alimentos para informar a la ciudadanía el contenido de azúcar, grasa y sal, debido a los índices de niños menores de 5 años que padecían en un gran índice el sobrepeso y obesidad. Con estos índices, el Ministerio de Salud y de Educación, buscan alternativas para bajar estos porcentajes y establecer que en los bares escolares se controle la venta de algunos alimentos. De ahí que, en el Acuerdo Ministerial 280 del 2011, se delimita que se prohíba la venta de alimentos que sean considerados perjudiciales, entre estos está: la comida chatarra, papas fritas, hamburguesas, alimentos procesados y bebidas azucaradas.

En el 2020, la Asamblea Nacional aprobó la ley de alimentación escolar. Para nuestro interés, en el artículo 4 literal I, menciona que la enseñanza de la educación alimentaria y nutricional como una transformación de aprendizaje en el que se tiene que abordar los siguientes temas: alimentación, nutrición y desarrollo de prácticas saludables, estos temas deben ser dirigidos hacia padres de familia, docentes, y en especial los estudiantes.

## **2.8 Educación alimentaria y nutricional dirigido a educación inicial**

Enseñar a los niños sobre alimentación es la base que generan los docentes en los infantes para procrear hábitos alimenticios saludables que se irán desarrollando a lo largo de su vida. La alimentación es una necesidad fisiológica, voluntaria y consciente determinada por la familia (Ministerio del Poder Popular para la Alimentación, 2011).

La educación alimentaria más influyente es la que se da dentro de la familia, en vista de que son los cuidadores y las cuidadoras de los que depende el desarrollo de unos mejores o peores hábitos alimenticios. A pesar de eso, los docentes tenemos también una labor importante, mediante el refuerzo de estos hábitos dentro de las aulas de clases, para que los infantes puedan diferenciar los alimentos que son mejores para su desarrollo y los que les puede causar alguna enfermedad. Los infantes al estar en su edad de desarrollo son más receptivos y, por lo tanto, pueden adquirir ciertas conductas nutricionales, por lo que sí tienen un mal hábito, están a tiempo de corregirlo y desarrollar y potenciar las nuevas conductas. En esa línea, existen talleres para potenciar la educación alimentaria y nutricional en los infantes de educación inicial, que es el siguiente:

El taller incrementa una actividad lúdica dando los pasos necesarios para que el alumnado reconozca el origen de los alimentos, su procesamiento hasta su consumo, a la vez que aprenda la frecuencia del consumo de cada uno de ellos, teniendo como modelo la pirámide DELTA de la alimentación. Así lo manifiesta. ( Suárez et al., s.f., p. 3)

Esta es una de actividades desarrolladas para que los infantes puedan comprender y reforzar sus conocimientos de una manera dinámica y creativa. Por medio de esta actividad, el niño podrá experimentar y conocer nuevas facetas en lo que se refiere a la alimentación saludable y sus beneficios.

Otros de los recursos para en enseñar la educación alimentaria y nutricional, nos da a conocer El Gobierno de Unidad Nacional (2010):

Una Guía Metodológica que ha sido diseñada dentro del Proyecto de Educación Alimentaria y Nutricional para las Escuelas Primarias, que realiza la Secretaria de Educación con la Cooperación Técnica y financiera de la FAO (Proyecto TCP/HON/3101) y el apoyo del Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (GCP/HON/022/SPA), para fortalecer la enseñanza de la alimentación y nutrición en el primero y segundo ciclo de la educación básica. (Gobierno de Unidad Nacional, 2010, p. 3)

La educación alimentaria y nutricional dentro de la educación inicial se puede relacionar con diferentes ámbitos del currículo de educación inicial en los que se toma en cuenta diferentes destrezas como son: las relaciones lógicas, matemáticas, en la que se potencia el conteo, se desarrolla la coordinación visomotora y la solución de problemas sencillos. Por

otro

lado, dentro del descubrimiento natural y cultural, se incrementa el contacto con los productos, y diferenciando su origen. Asimismo, dentro de la comprensión del lenguaje se puede desarrollar y potenciar el lenguaje, y, por último, dentro de expresión corporal y motricidad se desarrolla tanto la motricidad fina como gruesa.

## **2.9 Alimentación adecuada para niños de 4 a 5 años de edad**

La alimentación en la infancia va cambiando, por lo que se van incorporando nuevos alimentos que son nutritivos para su desarrollo. El infante debe comer tres o cuatro veces al día. La Clínica Alemana (s.f.) nos da a conocer un ejemplo de una alimentación adecuada, pero no es necesario seguir al pie de la letra, ya que cada persona debido a su talla, peso y actividad física necesita diferentes calorías para cada día. Además, se debe adaptar a su realidad local y situación económica.

Desayuno y media tarde nos da a conocer La Clínica Alemana (s.f.):

1. Lácteos (una taza de yogur o leche, un postre casero que contenga leche y una porción de queso).
2. Una cantidad de cereales (pan, avena y cereales que contengan bajo en azúcares)

Almuerzo: El infante está en la etapa de alimentarse correctamente, por necesitar nutrientes y proteínas que contengan verduras, legumbres, carnes y entre otros alimentos que son fundamentales en el crecimiento y en el desarrollo de los infantes.

- Una porción de ensalada: verduras crudas o cocidas, por ejemplo: zanahoria, col, espinaca, nabo, tomate, rábano, brócoli, lechuga, coliflor, etc.).
- Una porción de proteína (pollo, pescado, huevos, carnes y legumbres)
- Una cantidad de cereal (ya sea fideos, papas, arroz)
- Una porción de postre (de favoritismo que sea de frutas naturales y que contenga azúcares naturales, por ejemplo: la manzana, durazno, naranja, fresa, cereza, kiwi y entre otras. (p.1)

### **2.9.1 Para qué nos sirve comer**

Nuestro organismo necesita nutrientes y alimentos que son necesarios para sobrevivir, en cuanto que permita funcionar de la manera correcta, para la realización de actividades cotidianas. Por esto, la alimentación llega a jugar un papel importante, por el simple hecho de que mejora la salud mental y física, por tanto, ayuda a la concentración y a prevenir muchas enfermedades. Los alimentos contienen nutrientes que ayudan al metabolismo, que es necesario para nuestro organismo.

La buena alimentación es fundamental, ya que, es una necesidad básica que el cuerpo necesita. Por ende, los seres vivos se alimentan de una variedad de alimentos, para la obtención de nutrientes. Un infante con una alimentación balanceada tiene menos posibilidades de padecer enfermedades como: anemia, obesidad, cáncer, entre otros.

### **2.10 Hábitos alimenticios**

Los hábitos alimenticios son los resultados de consumir alimentos que se enmarcan en las costumbres, ya sean sociales, culturales o religiosas, influenciadas por medio de la socialización, bajo la familia, la economía y la geografía. Los hábitos alimenticios se fortalecen desde la gestación y se van desarrollando en la primera infancia y en la adolescencia.

En la primera infancia la alimentación está determinada principalmente por los alimentos ofrecidos por la familia, escuela y colegio de la niña y del niño, ya que es donde conviven todos los días desarrollando su proceso de socialización y aprendizaje diario. (Serafín, 2012, p. 22)

Un niño entre 1 a 5 años debe consumir generalmente tres comidas principales y dos refrigerios. Teniendo en cuenta que todos los niños son diferentes, se puede dar el caso de que las comidas sean en porciones más pequeñas y sean más frecuentes. Dentro de estas comidas se debe balancear los nutrientes y las calorías que aporta ese plato al niño. En ese sentido, es importante no poner el plato con carbohidratos, más bien, se lo debe hacer con una porción de proteína, carbohidratos y la mayor cantidad de verduras. Por otra parte, en los refrigerios se recomienda que sean frutas o porciones pequeñas de comida, por ejemplo: un vaso de yogur, una fruta o una barra de granola.

Algunos de los problemas más frecuentes de la alimentación en los infantes pueden ser: desayunos incompletos, monotonía en la alimentación, exceso en el consumo de golosinas y de bebidas azucaradas, dificultad de consumir alimentos que no son de su agrado. También como un hábito alimenticio se tiene la manipulación de alimentos, ya que es muy relevante debido a que, si no se manipulan de buena manera los alimentos, estos pueden llegar a causar inconvenientes de salud en las personas. La manipulación de los alimentos sucede cuando llegamos a tener un contacto directo, ya sea cuando lo estamos consumiendo y tocando, por eso es necesario lavar los productos cuando vayamos a ingerirlo.

En los infantes, la manipulación de los alimentos, les ayuda a desempeñar y a desarrollar una buena higiene, al momento de consumir los alimentos. También les ayuda a experimentar su textura, color, sabor, aroma y también se relaciona con diferentes ámbitos del currículo de educación inicial. Debido al desconocimiento de la manipulación de alimentos, se pueden presentar enfermedades que pueden ser por causa de bacterias, virus y hongos. Estas enfermedades son por medio de incubación corta y son tratados con antibióticos que son recetados por un médico después de realizar los exámenes necesarios.

## **2.11 Cuánto necesita comer un infante**

La porción de comida que un niño y niña necesita comer es dependiendo de su tamaño, peso y edad. Por lo que el infante solo llega a consumir más energía, mediante bebidas que le agrada y desea. Además, mientras un niño va creciendo, va necesitando más comida (González, 2005). El infante llega a ingerir pequeñas cantidades de alimentos dependiendo su estatura, que posibilita el propiciar energía y proteínas necesarias para su desarrollo. Al mismo tiempo, la ingesta va a depender del peso de cada infante; pero es algo individual, que se categoriza por edades y es importante considerar específicamente la porción correcta de cada niño y niña.

Los infantes preescolares requieren energía, para la realización de actividades físicas; por lo tanto, la alimentación debe de ser acorde a la edad individual, dado que los infantes podrán optar por una alimentación balanceada, que le ayudará a prevenir enfermedades a futuro. Concretamente, según Sánchez, en 2020, un infante necesita consumir entre 1400 y 1600 unidades de calorías. Es decir, que deben de contener el 50% de hidratos y nutrientes de carbono, el 30% puede contener grasas saludables, mientras que el 20% abarca a las proteínas. Para concluir, el infante debe de alimentarse de acuerdo a sus necesidades, adecuado a su ritmo de crecimiento y desarrollo, pero también



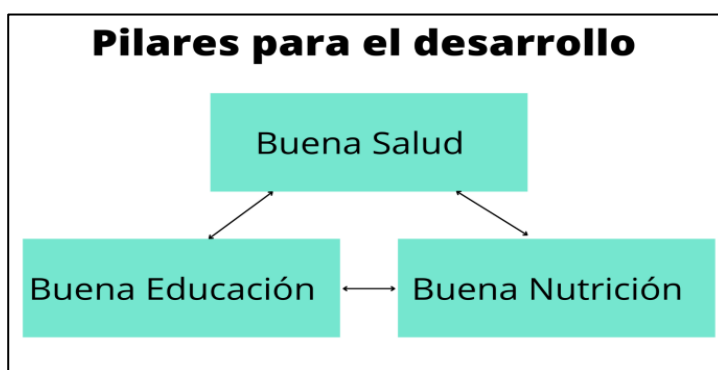
puede alimentarse con nutrientes variados que contengan proteínas y vitaminas que sean para su beneficio para combatir contra las enfermedades. En fin, cada infante necesita los hidratos y las proteínas según su talla, peso y entre otras.

La hidratación en los infantes es importante porque nuestro organismo necesita agua. De tal manera, a veces nos olvidamos que es un componente primordial para nuestro cuerpo y salud. El agua es líquido vital, que cumple funciones de ayudar al organismo a funcionar correctamente transportando nutrientes a las células y de igual manera ayuda a digerir mejor los alimentos. Por estas razones es importante consumir agua todos los días.

### 2.12 Alimentación, salud, y educación.

Una buena alimentación no solo mejora el desarrollo y crecimiento de los niños y niñas, sino que también mejora las habilidades cognitivas que son necesarias para todas las experiencias educativas y de esta manera poder alcanzar las destrezas y objetivos propuestos. La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura en sus investigaciones menciona que una buena dieta ayuda a los niños a crecer, desarrollarse y también les brinda energía para aprender, estudiar y ser físicamente activos. Además, los niños y niñas con una buena educación alimentaria pueden desarrollar prácticas alimenticias más sanas y mejorar su dieta y transmitirlas a su familia y comunidad.

*Ilustración 5: Pilares para el desarrollo*



*Nota: Elaboración propia*

Tener una buena alimentación y nutrición es el pilar fundamental para tener una buena salud y las dos nos ayudan a lograr una educación que es más efectiva. Para esto es importante que los estudiantes entiendan en qué consiste una dieta apropiada para la salud, tener motivaciones para elegir los alimentos adecuados y de esta manera desarrollar hábitos

alimenticios saludables. Uno de los objetivos para la educación debería ser ayudar a los estudiantes a conseguir una meta de alimentación saludable.

### **La voz de las autoras**

Después de haber revisado todos estos teóricos sobre el tema de la educación alimentaria y nutricional, nosotras pensamos que en Educación inicial es primordial enseñar sobre una buena alimentación y nutrición, porque el infante tendrá menos posibilidades de sufrir enfermedades como: anemia, trastornos nutricionales, obesidad, problemas de aprendizaje en los centros de educación y entre otros. Si bien la desnutrición crónica está completamente relacionada con la pobreza estructural, el acceso al agua y a servicios de salud es importante para el crecimiento de cada infante.

Nosotras manifestamos que la importancia de la alimentación y nutrición en los infantes produce una variedad de cambios al momento que el infante está creciendo y desarrollando. Además, si el infante lleva una dieta equilibrada, el cuerpo le permitirá que funcione correctamente, reduciendo los riesgos de algunas alteraciones de enfermedades a corto y largo plazo.

## **Capítulo III**

### **3 Marco metodológico**

En este apartado se describe la metodología con la cual se desarrolla esta investigación. A continuación, se referirá: al paradigma de la investigación, enfoque, tipo de estudio, método de la investigación, procedimiento de la investigación, unidad de análisis, criterios de selección y exclusión de individuos, categorías y sus indicadores, técnicas e instrumentos de la recolección de análisis e información, procedimiento de validación de los instrumentos, procedimiento de análisis de la información y el cronograma.

#### **3.1 Paradigma**

La investigación se relaciona con el paradigma socio-crítico. Alvarado y García (2008) manifiestan que “se fundamenta en la crítica social con un marcado carácter autorreflexivo; considerando que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos” (p.190). De igual manera, declaran que se relaciona con la reflexión y el conocimiento, tomando conciencia el rol que corresponde a la crítica ideológica, mediante

cognición que se va desarrollando por medio de procesos de reconstrucción, construcción posteriormente de la teoría y práctica.

Este paradigma permite que la investigación se involucre para solventar las necesidades del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” se identificó en las prácticas pre profesionales la escasez de conocimientos y pertinencia sobre la educación alimentaria y nutricional. Por lo cual, mediante este marco se pretende enriquecer y desarrollar actividades didácticas con base en la educación alimentaria y nutricional para que lleguen a intervenir a los participantes de 4 a 5 años para poder dar una solución.

### **3.2 Enfoque de investigación**

En este estudio se empleó el enfoque cualitativo. Según Hernández y Sampieri (2014), lo determina como “la parte de la premisa de que el mundo social es relativo y solo puede ser entendido desde el punto de vista de los actores estudiados” (p. 10).

La investigación, que tiene como tema la importancia de la educación alimentaria y nutricional, tiene un enfoque cualitativo que permite analizar las estrategias educativas que se emplean para fomentar una alimentación y nutrición saludable en los infantes. Con aquello, se desea conocer si los infantes tienen conocimientos del porqué es bueno alimentarse correctamente, y también dar recomendaciones si es que existen casos de malnutrición.

### **3.3 Tipo de investigación**

Para esta investigación se utiliza el estudio descriptivo. Abreu (2012) manifiesta que “se refiere al tipo de pregunta de investigación, diseño y análisis de datos que se aplica a un tema determinado, la estadística descriptiva responde a las preguntas quién, qué, cuándo, dónde y cómo” (p. 192).

Se tiene en verificación la investigación aplicada, porque mantiene la finalidad de desarrollar actividades didácticas basadas en la educación alimentaria y nutricional. También, surge por medio de los sujetos de estudio y se relaciona con los principales fundamentos teóricos expresamente con el afán de construir y contribuir en un perfeccionamiento en la alimentación y la nutrición de los infantes de 4 a 5 años en el paralelo “A” de la Educación Inicial perteneciente al CEI “Rita Chávez de Muñoz”

### 3.4 Método

Esta investigación se desarrolla bajo el método de la Investigación Acción (IA) que se relata y enfoca principalmente en generar un cambio social, basado en la experiencia de los docentes y comunidad educativa, con el propósito de llegar a profundizar de una manera más clara el problema (Elliott, 2005). Por otra parte, la investigación acción se comprende por medio de una organización para cambiar los procesos de una investigación, con el motivo de obtener conocimientos y comprensión. También se manifiesta que consiste en una metodología que detalla para la obtención de datos (Latorre, 2005).

Identificamos el problema práctico mediante el tiempo transcurrido en las prácticas pre profesionales, también por medio de la docente, la guía de observación en los infantes, para después transcribir y obtener información acerca de todo lo que ocurre en el aula; con el propósito de desarrollar una intercesión educativa con la finalidad de mejorar.

### 3.5 Procedimiento de la investigación. Fases de la IA.

El desarrollo de esta investigación está basado en la IA, por tanto, se guio en el modelo de Kemmis, 1989 citado por Latorre (2005). En donde se relaciona con cuatro fases y momentos de la investigación, es decir, la planificación, acción, observación y por último la reflexión” (p. 36). La IA se llega a ocupar en un estudio, donde se va detallando una solución al problema que se detectó, mediante la elaboración de una búsqueda profunda de información para poder obtener los resultados

#### Fase 1. Planificación

En esta fase se lleva a cabo el plan de acción comunicada específicamente para un mejoramiento en la práctica vigente. El progreso debe de ser dócil y flexible para que nos acceda a una adaptación en los efectos más imprevistos.

En la fase de la planificación réplica y responde a la pregunta del problema de investigación ¿qué está pasando?, con relación al diagnóstico del problema planteado, ¿en qué momento es problemático?, en la acción se indaga ¿qué se puede hacer al respecto? Además, se llegó a diagnosticar las dificultades en la educación alimentaria y nutricional en niños y niñas de 4 a 5 años del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz”. Se desarrolló la categorización de estudio, que nos facilitó saber los aspectos más importantes que debían ir dentro de la propuesta de intervención, es decir, se conoció las

bases fundamentales para con relación a la alimentación y nutrición. Se diseñó un cuadernillo con actividades didácticas “Aprendo a comer sano “para fortalecer la educación alimentaria y nutricional.

- Definición de la problemática.
- Descripción y determinación de los objetivos.
- Realización de una revisión bibliográfica.
- Construcción de un marco conceptual y estado del arte por la problemática.
- Diseño los fundamentos metodológicos y los instrumentos para recolectar más información.

## **Fase 2. Acción**

Para esta fase se llega a implementar el plan, que debe de ser controlado y deliberado. Se ejecutó la acción estratégica, se realizó en tiempo real, también, se sistematizó la información recolectada, estableciendo por medio de los pasos que se llevaron a cabo para la implementación. Se respondió, con la conexión a la fase, la implementación del cuadernillo con actividades didácticas tiene relación con las teorías y resultados adquiridos por medio del diagnóstico. Por este motivo se aplicaron actividades didácticas que favorezcan al recurso ya mencionado, para el fortalecimiento de la educación alimentaria y nutricional en los niños, niñas del subnivel 2A.

- Acceso al campo
- Aplicación de técnicas recogidas de información para valorar la educación alimentaria y nutricional en infantes.
- Elaboración de actividades didácticas
- Aplicación de las actividades didácticas en los infantes de 4 a 5 años

## **Fase 3. Observación**

La fase está orientada en la aplicación de actividades didácticas que fomenten la educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años de edad, del paralelo “A” del CEI. “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador. Se realizará de la siguiente manera:

La aplicación de actividades didácticas se aplicó durante un lapso de tres semanas, interviniendo en un transcurso de 40 minutos, durante

dos veces por semanas, con un total de seis sesiones. Haciendo partícipe en cada instante a los infantes, al momento de realizar y culminar las actividades. Se trabajó con la técnica de la observación participante y con la ficha de observación para responder todos los criterios. Además, se aplicaron instrumentos de levantamiento de información sobre esta aplicación.

#### **Fase 4. Reflexión**

- Interpretación de los resultados que se llegó a obtener a base de la propuesta.

Se desarrolla la evaluación mediante las siguientes dimensiones: criterios didácticos, criterios de la alimentación y nutrición, criterios de concordancia, de los instrumentos de la ficha de observación de las actividades didácticas y la guía de la entrevista a la docente y a los padres de familia. Después, de haber culminado todo este procedimiento se incrementó el análisis de datos y la realización de la triangulación.

### **3.6 Unidad de análisis**

#### **3.6.1 Participantes**

Esta investigación se centra especialmente en los niños y niñas de 4 a 5 años de edad del paralelo “A”. Se encuentra conformada por 22 estudiantes, los cuales son 9 niños y 13 niñas. Los infantes están matriculados en la jornada matutina. Cabe aclarar, que los infantes asisten con normalidad desde las 7:30 am hasta 12pm.

De igual manera, esta investigación se centra específicamente en la docente X.X., que tiene 49 años de edad, y cuenta con una trayectoria de 25 años de experiencia en el nivel de educación inicial. Además, es graduada de Tecnóloga en educación parvularia. La investigación se centra en los padres de familia del CEI., del subnivel 2 A, los cuales X.X., son de sexo femenino y X.X., de sexo masculino, tienen la edad XX., y están dispuestos a brindarnos su ayuda para solventar la temática de investigación.

### **3.7 Criterios de selección y exclusión de individuos**

#### **Criterios de inclusión de infantes**

En este estudio se debe considerar los siguientes criterios de inclusión:

- El infante pertenezca al CEI “Rita Chávez de Muñoz”
- La edad de los infantes es de 4 a 5 años.
- El infante acude regularmente a clases.
- El consentimiento por parte de los padres y madres de familia y de la docente, para ser partícipe de la investigación.

### **Criterios de Exclusión de los infantes**

- Que el infante padezca de alguna enfermedad.
- Que el infante no colabore en la realización de las actividades.
- Que no obtengamos el consentimiento firmado por parte de los padres y madres de familia.

### **3.8 Tabla de categorías**

Para desarrollar el diagnóstico en la intervención problemática antes manifestada, se ejecutó la siguiente tabla, la cual estuvo en constante actualización acorde al proceso de investigación; lo cual se estableció en las dos principales categorías, definiciones, instrumentos e indicadores.

Tabla 1: Tabla de categorías

Categoría	Definición	Subcategorías	Indicadores	Instrumentos	Técnicas	Preguntas	Fuentes
Alimentación y nutrición	La alimentación es un proceso voluntario. Sin embargo, la nutrición es un conjunto de procesos que se producen en nuestro organismo de forma involuntaria por los que recibimos, transformamos y utilizamos los nutrientes para obtener energía necesaria para la vida.	Desarrollo de la alimentación y nutrición  Importancia de alimentación y nutrición	Reconoce los principales problemas nutricionales en los infantes.  Conoce lo que es una mala nutrición.  Reconoce la desnutrición y la desnutrición crónica	Diarios de campo dirigido a los infantes  Guía de entrevista para la docente.  Guía de observación	Observación  Entrevista a la docente  Diarios de campo	6, 7, 10  3          8, 9  2, 4, 11, 13	Infantes del CEI. “Rita Chávez de Muñoz”, del subnivel 2, paralelo A  Docente



Composición y propiedades de los alimentos	Reconoce los alimentos de origen animal y vegetal	4
		13, 14
		5, 6, 7, 8
Dieta equilibrada	Identifica las verduras, hortalizas y frutas.	5, 11
	Identifica los alimentos que debe ingerir en pequeñas cantidades	17
Riesgos para la salud por una mala alimentación	Reconoce los principales problemas nutricionales	
	Diferencia entre el sobrepeso y la obesidad	

Educación alimentaria y nutricional	La educación alimentaria y nutricional según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación (2016), “consiste en una variedad de estrategias educativas, implementadas en distintos	Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años de edad.	Conoce qué es la malnutrición y la alimentación equilibrada.  Define un horario para la alimentación	3, 12 14, 15
-------------------------------------	--	--	--	-----------------

niveles, que tienen como objetivo ayudar a las personas a lograr mejoras sostenibles en sus prácticas alimentarias” (p.3).

Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial.

Comprende, acepta y respeta los beneficios de alimentarse correctamente.

Realiza de forma autónoma las actividades con base en la educación alimentaria y nutricional.

Identifica porción y cantidades de alimentos

Identifica la cantidad de agua

1,2

1, 6, 9, 10, 16

*Nota: Elaboración propia*

### **3.9 Técnicas de recolección de datos**

Para llevar a cabo el diagnóstico se desarrolló técnicas conforme a la Investigación Acción, que es la observación participante y la entrevista semiestructurada.

#### **3.9.1 Observación participante**

Mediante la observación se adquiere información que es relevante dentro de la investigación, en la que se puede evaluar la realidad del objeto de investigación. Para Rekalde et al. (2014) “la observación participante ha dado inicio a la construcción de instrumentos que han facilitado la interpretación y comprensión de las situaciones analizadas”. Como los autores mencionan, la observación participante involucra al investigador y a los sujetos observados, y por medio de esta técnica se recogen datos de manera sistemática, también es una forma de acercamiento a la realidad social y cultural de una sociedad o grupo.

En esta observación se desarrolló a 15 infantes, durante un lapso de 8 semanas en las prácticas pre profesionales. En la cual, se logró identificar que no conocen sobre lo que es mantener una alimentación saludable, ni mucho menos, cuáles son los efectos o consecuencias de la misma. Por otro lado, los niños al momento de los refrigerios se alimentan con alimentos procesados y bebidas azucaradas. Cabe precisar, que todos estos datos se recolectaron en los diarios de campo.

#### **3.9.2 Entrevista Semiestructurada**

La entrevista semiestructurada se utiliza como la recopilación de información de la persona entrevistada sobre un tema de interés. Según Latorre, A. (2005) “la entrevista es una de las estrategias más usadas para recoger datos en la investigación social” (p.70). De esta manera es que la entrevista semiestructurada parte de la guía de entrevista que contiene preguntas y temas que se desea cubrir o que es de interés del investigador. Esta entrevista no tiene un orden establecido al momento de realizar las preguntas y el entrevistador debe asegurarse de cubrir todo el tema de su interés.

Se elaboró una entrevista a la docente y a los padres de familia del CEI “Rita Chávez de Muñoz” del paralelo 2 A, con el propósito de obtener su precisión y conocimiento sobre alimentación y nutrición. Así mismo, de cómo mantener una alimentación saludable, las

enfermedades por una mala alimentación y también cuáles son las estrategias que la docente utiliza para enseñar sobre alimentación saludable.

### **3.10 Instrumentos**

En la recolección de los datos se utilizó los siguientes instrumentos: diarios de campo, guía de observación, guía de entrevista.

#### **3.10.1 Diarios de Campo**

El diario de campo ayuda al investigador a registrar todo lo que observa de manera descriptiva y ordenada. Para Valverde, L. (1993) menciona que “el diario de campo se define como un principal instrumento en el que se registra y recolecta toda la información de la observación” (p. 197). De tal manera, el diario de campo ayuda en la obtención de información que después permitirá el análisis de esa información. Se efectúa de manera periódica y se describe precisa y completamente lo observado.

El diario de campo se utilizó como un formato desarrollado a las necesidades para la recolección de datos elaborado por las investigadoras. Con aquello, se pudo ir recopilando información valiosa sobre cómo se trabaja en relación con educación alimentaria y nutricional, lo que los infantes conocen sobre una alimentación saludable, y las enfermedades de una mala nutrición. El diario de campo se lo aplicó en las prácticas pre profesionales realizadas durante 8 semanas consecutivas de lunes a jueves.

#### **3.10.2 Guía de observación**

La guía de observación ayuda al investigador a tener un objetivo principal del cual desea investigar. Su propósito es recuperar información que sea relevante y orientar la investigación para posteriores observaciones que se deben considerar. Según Campos y Covarrubias, G. y Lule, N. (2012) “la guía es un instrumento que permite al observador situarse de manera sistemática en el objetivo de estudio, ayudando a la recolección de datos o información” (p. 56). Por lo tanto, la guía de observación es una lista de indicadores o preguntas que pueden ser afirmaciones, las mismas que ayudarán a orientar el trabajo señalando los aspectos más importantes al momento de observar.

La guía de observación en la educación alimentaria y nutricional, es un instrumento que

cooperó

a distinguir los fenómenos o factores que participan dentro la alimentación, que nos apoyó a determinar cómo se puede trabajar la educación alimentaria y nutricional.

### **3.10.3 Guía de entrevista**

La guía de entrevista nos ayuda a tener preguntas claves que se desea que los entrevistados respondan, al no ser estructurado se puede formular nuevas preguntas a medida que el entrevistado responda. Según Bogdan y Taylor (1987), “la guía de la entrevista no es un protocolo estructurado, se trata de una lista de áreas generales que debe cubrirse con cada informante” (p.119). Como nos mencionan los autores, esta guía de entrevista ayuda a rescatar los puntos relevantes que se desea preguntar al entrevistado y, por lo tanto, no debemos seguirla ciegamente, sino que debemos seguir formulando preguntas que ayuden a la investigación.

La guía está compuesta de preguntas coherentes, claras, y son abiertas, tanto a los padres de familia como a la docente del CEI “Rita Chávez de Muñoz” del paralelo 2<sup>a</sup>. Es preciso adecuar a un lenguaje común, dejando por fuera el tecnicismo que puede ser poco claro para los actores. El propósito fue recolectar información sobre las estrategias que la docente utiliza para enseñar sobre alimentación y nutrición a los infantes y cuántas veces por semana se trabaja la temática de estudio.

### **3.11 Procedimiento de validación de los instrumentos**

Según Hurtado, S. (2012) “este método nos permite consultar un conjunto de expertos para validar nuestra propuesta sustentado en sus conocimientos, investigaciones, experiencia, estudios bibliográficos y entre otros” (párr. 2). Este procedimiento da una posibilidad más profunda a los especialistas con el asunto de la investigación y también desarrollan un análisis crítico enfocados acerca de la problemática ya mencionada. El procedimiento es el siguiente:

1. Elaborar los criterios de valoración de los expertos
2. Mantener contacto con los especialistas de la investigación.
3. Realizar un cuestionario, mediante correo y que conlleve diferentes aspectos para la evaluación.
4. Analizar y comprobar las respuestas en relación con las áreas que esté de acuerdo y en las que no esté de acuerdo.
5. Realizar sus respectivos ajustes.

Una vez diseñados los instrumentos de validación de la recolección de los datos, se verificó con la ayuda de la tutora del proyecto de integración, además, se envió a especialistas con relación a la temática de estudio (Ver anexo 2, 3). Nos permitió efectuar una verificación con “establecer los aspectos relevantes de ese dominio, de manera que en este proceso se consideren ítems no incluidos, a su vez, se eliminen los considerados por los expertos como no relevantes” (Mendoza y Garza, 2009, p. 23). En esta actividad, se eligió dos especialistas que se han coordinado y que tengan un relacionado con la alimentación y nutrición en los infantes, por medio de esto, nos dieron sus diferentes perspectivas con relación a los instrumentos de estudio. Los especialistas de validación nos dieron las siguientes recomendaciones:

- Usar un lenguaje más claro y cotidiano para la entrevista.
- Mejorar la redacción en base a las preguntas de la entrevista.

## Capítulo IV

### 4 Procedimiento de análisis de la información

Para el análisis de la recolección de datos, donde el investigador desarrolla toda la información, con el principal propósito de obtener una información adecuada y bien descrita. Se procede a realizar el siguiente procedimiento, según Penalva, et. al. (2015) mencionan que debemos de seguir los siguientes pasos:

**Describir:** es realizar una descripción de lo que los participantes hacen o dicen sobre el tema establecido.

**Clasificar:** se junta todos los resultados que se llegaron a obtener

**Realizar conexiones:** se unen los conceptos y se desarrolla en base una nueva conceptualización.

Después de aplicar los instrumentos a todos los participantes, se ejecuta un análisis descriptivo cualitativo. En el cual se procede con una tabulación con la información obtenida por medio de la entrevista efectuada a la docente y los padres de familia.

#### 4.1 Análisis e interpretación de datos

Para realizar la recolección de datos se incrementaron tres instrumentos que fueron: la ficha de observación que se aplicó a los niños y niñas, el diario de campo en el que se plasmó la información diaria de las prácticas y la entrevista que se le aplicó a la docente. A partir de los instrumentos se obtuvieron varios datos en relación con las categorías de estudio. A continuación, se especifican los pasos los cuales se siguió para obtener la información necesaria

*Tabla 2: Pasos para recolectar información relevante*

Pasos		Descripción
<b>Creación de instrumentos</b>	<b>de</b>	Con relación a la categoría de estudio, indicadores y subcategorías desarrolladas en la subcategorización relevante, se procedió y se realizó una guía de observación y un guion de entrevista para la docente de prácticas.



<b>Revisión de instrumentos</b>	Se realizó y se envió los instrumentos de validación a tres especialistas que nos ayudaron con las recomendaciones respectivas y se modificó acorde a las sugerencias establecidas.
<b>Aplicación de los instrumentos</b>	Entrevista docente: Se aplicó a la docente donde se realizó las prácticas pre profesionales. Ficha de observación: Se recopiló información a base de lo evidenciado, al momento que los infantes realizaban las actividades implementadas, durante tres semanas. Diario de campo: Se realizó durante un lapso de ocho semanas consecutivas.
<b>Preparación de la información para el proceso de análisis.</b>	Se desarrollaron matrices para los datos recogidos en la guía de observación, para los indicadores de las categorías. Las entrevistas realizadas fueron transcritas, para su respectiva interpretación y análisis.
<b>Implementación de los instrumentos</b>	Se realizó para la obtención de los resultados

*Nota. Creación propia*

#### 4.2 Procedimiento de análisis

Mediante los instrumentos y la información desarrollada, se aplicó el desarrollo de análisis. Se comenzó por la verificación de los datos, para que estén completos y entendibles. Después se realizó la caracterización, la distinción de los instrumentos y la codificación necesaria. De tal manera, en la investigación, se llegó a utilizar un modelo de análisis cualitativo.

Se clasifica la información mediante la codificación, la cual se divide en dos codificaciones que son las siguientes: primer nivel y segundo nivel. En la codificación de primer nivel “se codifican las unidades de análisis o segmentos en categorías (...)” (Albert, 2006, p. 184). En efecto, se tomó una fracción más importante para la investigación, por medio de este método se adjudicó la categoría, para después destinar el código y poner obtener con más facilidad los datos necesarios. Para el transcurso, se evidencia las categorías de estudio y

el respectivo código, los cuales fueron utilizados para recopilar y seleccionar la información conseguida en la recolección de los datos.

Para efectuar el proceso de análisis de toda la información se aplicaron los instrumentos diseñados anteriormente y se recolectó información importante. Como primer paso se revisó todos los datos para que estén accesibles e íntegros. Posteriormente, se revisó la categorización desarrollada anteriormente, se verificó los análisis generales que son los instrumentos que se llegaron a utilizar para seleccionar el tipo de codificación.

Se procede a realizar la densificación de la información utilizando la codificación antes mencionada, las mismas que se dividen en codificación de primer nivel y segundo nivel.

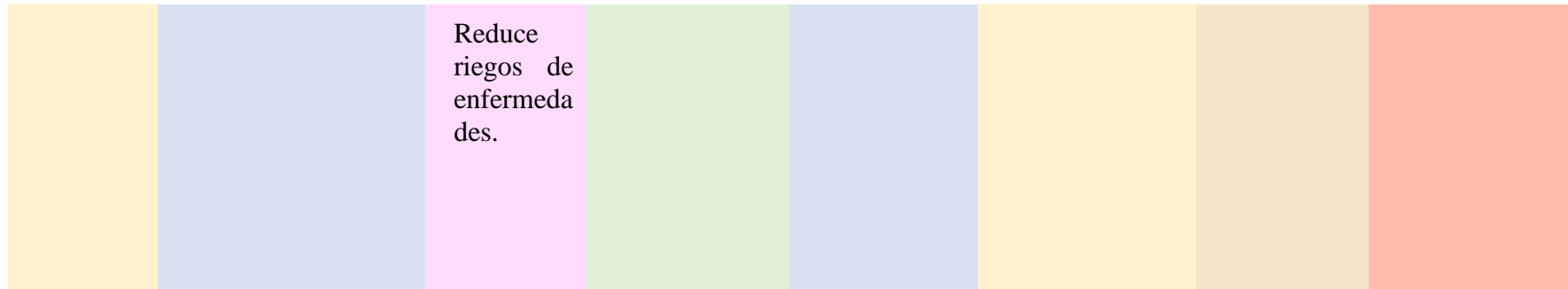
#### **4.2.1 Codificación de primer nivel**

En la codificación de primer nivel se elimina la información irrelevante, y se codifican las unidades en categorías (Sampieri, 2014). Para esto se tomaron los fragmentos más importantes de cada instrumento y se le asignó la categoría correspondiente y después se destinó un código, para obtener los datos fundamentales. A continuación, se muestran las categorías fundamentales del estudio con sus respectivos códigos, para la recolección y clasificación de la información.

Tabla 3: Codificación de primer nivel

Codificación de primer nivel							
Categoría Alimentación y nutrición							
Guía de observación							
Subcategorías	Desarrollo de la alimentación y nutrición	Importancia de alimentación y nutrición	Composición y propiedades de los alimentos	Dieta equilibrada	Riesgos para la salud por una mala alimentación	Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años	Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial
Indicadores	<p>Reconocimiento de los alimentos saludables y no saludables.</p> <p>Diferenciación de comida saludable y chatarra.</p> <p>Reconocimiento sobre los alimentos.</p> <p>Charlas virtuales con base en la alimentación y nutrición.</p>	<p>Mal rendimiento escolar.</p> <p>La alimentación debe de ser fundamental.</p>	Observación de los alimentos.	<p>Alimentación variada realizada en casa.</p> <p>Consumen arroz, arepas, plátano.</p>	<p>Evitar enfermedades mediante una buena alimentación</p> <p>Consumo de alimentos chatarra</p>	Cuerpo sano y una mente sana.	Actividades didácticas

Diario de campo							
Códigos	Diferenciación con base en la alimentación (comida saludable y no saludable)	Mala alimentación	Observación de los alimentos.	Refrigerios inadecuados.	Premiación con comida chatarra.	Diferencia entre el sobrepeso y la obesidad.	
	Alimentación saludable y alimentación inadecuada.	Cansancio al momento de realizar las actividades	Reconoce los alimentos de origen animal y vegetal.	Alimentación	Reconoce los principales problemas nutricionales.		
Guía de observación							
Códigos	Falta de practicar hábitos saludables.	Alimentación adecuada.	Reconocimiento de los alimentos saludables.	Alimentación no saludable.	Consecuencias de la mala higiene.	Reconocimiento de frutas y verduras	Hábitos saludables
	Dificultades al momento de reconocer los beneficios de una buena alimentación.	La alimentación saludable ayuda a obtener mejores beneficios			Preferencia por la comida procesada.		Actividad dinámica y significativa.
	Confusión con el nombre de las frutas						Descubrimiento de los olores y sabores de las frutas.



*Nota: Elaboración propia*

#### **4.2.2 Densificación de los Diarios de campo**

Para la densificación de los diarios de campo se realizó una observación de tres semanas para poder llegar al diagnóstico, en los encuentros de las prácticas pre profesionales con los infantes del paralelo 2A, se pudo observar que los niños y niñas no tiene actividades en cuanto a alimentación, ni nutrición, a la hora del receso solo la docente les indica que no deben traer comida chatarra y a los padres a la hora de la salida les indica que nos les deben enviar comida chatarra a los estudiantes.

#### **4.2.3 Densificación de la entrevista docente**

Después de realizar la entrevista a la docente, se rescataron los siguientes puntos, para poder llegar a un diagnóstico más claro. La docente en la entrevista destacó que todos los niños deben alimentarse correctamente, para poder obtener una buena salud y un cuerpo sano, que les ayude a crecer y tener un desarrollo sano, y sobre todo para que les aporte energía y rindan de mejor manera. También señala que es importante que los infantes conozcan los alimentos nutritivos y no nutritivos.

Un aspecto principal que la docente indicó fue que se deberían implementar más actividades con base en la alimentación y nutrición en educación inicial, ya que es de suma importancia desde temprana edad, puesto que se tiene que enseñar sobre la comida chatarra y la comida saludable. La maestra explicó que con los padres de familia también solo a la hora de la salida les pide que no les manden comida chatarra, pero muchos de los padres no colaboran en ese requerimiento; en cuanto a capacitaciones, indicó que solo tuvieron una pequeña charla virtual sobre alimentación, pero que no se aplicó nada más dentro del CEI.

#### **4.2.4 Densificación de la guía de observación**

En la guía de observación que se aplicó específicamente en un lapso de tres semanas consecutivas, de los seis encuentros. Por medio de este tiempo se observó que los niños podían identificar los alimentos saludables y no saludables, se les complicó al momento de realizar las actividades didácticas con relación a la seriación y muchas de las veces no practicaban los hábitos de higiene.

Por medio de este instrumento se observó lo que se denomina en la primera subcategoría denominada desarrollo de la alimentación y nutrición, se puede especificar que las actividades

con

relación a la alimentación, se utiliza la identificación de los alimentos saludables y no saludables; además, se creó conciencia con base en la alimentación saludable. Por otro lado, se involucró las actividades con relación a los alimentos que pueden ocasionar enfermedades, si lo consume muy a menudo.

Con respecto a la segunda subcategoría de importancia de alimentación y nutrición, se pudo observar que los infantes, no tienen un acercamiento profundo con relación a la alimentación, por la simple razón de que en el aula no se practica actividades con relación al tema ya mencionado.

En la tercera subcategoría denominada composición y propiedad de los alimentos, se sistematiza que los infantes no saben el reconocimiento del origen de los alimentos como animal y vegetal, por el motivo de que los infantes no están acostumbrados a recibir clases con relación al tema.

La cuarta subcategoría dieta equilibrada se determinó que las familias de los niños, niñas al momento del receso les envía alimentos chatarra, procesados, que son dañinos para la salud de los niños; es decir, no se involucra la identificación de los alimentos que se debe de ingerir en pequeñas cantidades.

Finalmente, en la quinta subcategoría se obtienen riesgos para la salud por una mala alimentación, se enfoca más en el reconocimiento de los principales problemas nutricionales, que puede padecer el infante al momento de no alimentarse correctamente.

#### **4.2.5 Codificación de segundo nivel**

Después de realizar la densificación de los datos se procede a describir e interpretar el significado de las categorías (Sampieri, 2016). Para la investigación se transforman las categorías con base en el desarrollo de la educación alimentaria y nutricional, debido a que los indicadores presentan y enfocan en distintas propiedades propuestas inicialmente, para lo cual se presentan a continuación.

Al culminar, el proceso de primer nivel, se procede a realizar la codificación de segundo nivel, manifiesta Albert (2006), “la codificación involucra la interpretación del significado de las categorías obtenidas en el primer nivel. Se han de identificar diferencias y similitudes entre categorías mediante la comparación constante” (p.

184). Se incrementa cuando se va simplificando e integrando las categorías para después, eliminar las subcategorías desarrolladas, para proceder a crear nuevos temas específicos. Al comienzo se partió con siete subcategorías, sin embargo, surgieron cuatro subcategorías, debido a la obtención de los resultados de las subcategorías.



Tabla 4: Codificación de segundo nivel

Codificación de primer nivel							
Alimentación y nutrición							
Guía de observación							
Subcategorías	Desarrollo de la alimentación y nutrición	Importancia de alimentación y nutrición	Composición y propiedades de los alimentos	Dieta equilibrada	Riesgos para la salud por una mala alimentación	Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años	Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial
<b>Indicadores</b>	<p>Reconocimiento de los alimentos saludables y no saludables.</p> <p>Diferenciación de comida saludable y chatarra.</p> <p>Reconocimiento sobre los alimentos.</p> <p>Charlas virtuales con base en la alimentación y nutrición.</p>	<p>Mal rendimiento escolar.</p> <p>La alimentación debe de ser fundamental.</p>	<p>Observación de los alimentos.</p> <p>Frutas que contienen más agua.</p>	<p>Alimentación variada realizada en casa.</p> <p>Consumen arroz, arepas, plátano.</p>	<p>Evitar enfermedades mediante una buena alimentación.</p> <p>Consumo de chatarra</p>	<p>Cuerpo sano y una mente sana.</p>	<p>Actividades didácticas</p>

Diario de campo							
Códigos	Diferenciación con base en la alimentación (comida saludable y no saludable)	Mala alimentación.	Observación de los alimentos.	Refrigerios inadecuados.	Premiación con comida chatarra.	Diferencia entre el sobrepeso y la obesidad	
	Alimentación saludable y alimentación inadecuada.	Cansancio al momento de realizar las actividades	Reconoce los alimentos de origen animal y vegetal.	Alimentación	Reconoce los principales problemas nutricionales.		
Guía de observación							
Códigos	Falta de practicar hábitos saludables.	Alimentación adecuada.	Reconocimiento de los alimentos saludables.	Alimentación no saludable.	Consecuencias de la mala higiene.	Reconocimiento de frutas y verduras	Hábitos saludables
	Dificultades al momento de reconocer los beneficios de una buena alimentación.	La alimentación saludable ayuda a obtener mejores beneficios.			Preferencia por la comida procesada.		Actividad dinámica y significativa.
	Confusión con el nombre de las frutas	Reduce riesgos de enfermedades.					Descubrimiento de los olores y sabores de las frutas.

Categorías emergentes				
<b>Subcategorías</b>	Consecuencias de una mala alimentación	Hábitos alimenticios	Aplicación de la educación alimentaria	Buena alimentación
<b>Códigos</b>	Refrigerios de solo carbohidratos.	Mal rendimiento de los infantes.	No se realizan actividades	Cuerpo sano mente sana
	Refrigerios inadecuados.	Cansancio de los infantes	Conversatorio con los infantes.	
	Mala alimentación.	sin ánimos de trabajar	Recomendaciones de alimentos saludables.	Reconocimiento de los alimentos.
	Alimentación no saludable	Aburrimiento al realizar actividades	Consejos a los padres de familia.	Más energía en los infantes.
	Rechazo de alimentos saludables		Falta de aplicación de actividades.	alimentación variada

*Nota: Elaboración propia*

### 4.3 Triangulación metodológica

Tabla 5: Triangulación: Desarrollo de la alimentación y nutrición

SUBCATEGORÍA	Desarrollo de la alimentación y nutrición	
Entrevista	Diario de campo	Ficha de observación
<p>Por medio de la entrevista a la docente, se pudo evidenciar que no sé práctica el desarrollo de la alimentación y nutrición, por el motivo de que no utilizan técnicas con relación al tema mencionado. También, mencionó que en el centro no se ha gestionado actividades que involucren a la alimentación, de tal razón, por eso gestiona a las familias, que le ayuden los niños, niñas con alimentos que le propicien energía y sobre todo nutrientes.</p>	<p>Se ha podido evidenciar que los infantes no reconocen una alimentación saludable, es decir, al momento del recreo consumen alimentos no saludables, ya sea snacks y consumen bebidas procesadas, que no les proporcionan un desarrollo adecuado. Sin embargo, llevar una alimentación adecuada reduce los riesgos a enfermedades.</p>	<p>Con base a la ficha de observación, se puede decir que los infantes no practican una alimentación y nutrición saludable, por tanto, pueden presentar enfermedades a futuro, además, pueden tener dificultades en el rendimiento del aprendizaje escolar. Por esa razón, la nutrición en los infantes es primordial.</p>
<b>Triangulación</b>	<p>Con base en los instrumentos aplicados como: la entrevista, el diario de campo y la ficha de observación, se ha podido verificar que no se desarrollan actividades autónomas, con relación a la alimentación y nutrición. Por otro lado, los infantes obtienen las consecuencias de tener un aprendizaje a medias, porque se desconcentran al momento que la docente está impartiendo las clases y otras de las consecuencias frecuentes de una mala alimentación es generar enfermedades crónicas y patologías a futuro.</p>	
<p><i>Nota: elaboración propia</i></p>		

Tabla 6: Triangulación: importancia de la alimentación y nutrición

SUBCATEGORÍA	Importancia de alimentación y nutrición	
Entrevista	Diario de campo	Ficha de observación
<p>La docente nos manifestó que la alimentación y la nutrición en los infantes es importante porque les ayuda a tener un mejor ritmo de aprendizaje, porque les llega a proporcionar nutrientes, proteínas y vitaminas que el cuerpo llega a necesitar a diario. También mencionó que tener una buena alimentación ayuda a practicar hábitos alimenticios y a diferenciar la comida saludable y chatarra.</p>	<p>De acuerdo a lo observado, los infantes al momento del refrigerio se alimentaban con alimentos procesados, snacks, y manifestaban que los papás el día de hoy les enviaron comida chatarra, nos mostraban su comida y nos nombraban comida chatarra y comida saludable. También se logró evidenciar que la docente utiliza muchas hojas de trabajo y eso hace que los infantes se cansen y se aburren muy rápido, por el simple hecho de que las actividades siempre son rutinarias.</p>	<p>En los conversatorios que se realizaron durante el refrigerio, algunos de los niños botaban los alimentos y nos decían que es algo que no les gusta y que no lo iban a consumir. Los alimentos que comúnmente los niños consumen son las galletas y papas en funda que nos decían que es algo que ellos si comen y que prefieren que los papás les manden eso porque eso si se acaban.</p>
<b>Triangulación</b>	<p>Después de verificar los resultados de los instrumentos aplicados a la docente y los diarios de campo que se aplicaron durante las prácticas pre profesionales, y la guía de observación que se incrementó tres semanas antes de implementar las actividades. Se llegó a constatar que no se realizan actividades con base en la alimentación y la nutrición, solo se realiza un diálogo con los niños al momento del refrigerio, para verificar si su alimento es saludable o es comida chatarra. La mayoría de niños ya saben distinguir los alimentos saludables y los alimentos dañinos.</p>	
	<p><i>Nota: Elaboración propia</i></p>	

Tabla 7: Triangulación: Composición y propiedades de los alimentos

SUBCATEGORÍA	Composición y propiedades de los alimentos	
Entrevista	Diario de campo	Ficha de observación
<p>Basándonos en la entrevista aplicada se pudo evidenciar que los infantes consumen bastantes carbohidratos y grasas, además, la docente mencionó que la mayoría de los niños de nacionalidad venezolana consumen en mayor cantidad carbohidratos, ya que su refrigerio más común eran las arepas y las tortillas, los infantes se alimentan de plátano, hacen plátano cocinado con queso les hacen tortillas con eso les veo más la mayoría de los niños.</p>	<p>En el diario de campo se ha podido evidenciar que los infantes consumen alimentos como: arroz, arepas, plátano, bebidas procesadas, snacks, galletas con alto contenido de azúcar, etc. Al momento del refrigerio, la docente realiza un recordatorio a los infantes, que tienen que decir a sus representantes que les envíen alimentos saludables.</p>	<p>Por medio de la vivencia diaria, se ha logrado verificar que los infantes al momento del recreo consumen comida chatarra y otros niños, niñas, consumen alimentos saludables. Este problema de los alimentos más que nada viene desde la casa, porque son los representantes de cada infante quien envía los alimentos diarios y no conocen cuáles son los alimentos que brindan mejores beneficios a los niños.</p>
<b>Triangulación</b>	<p>Después de la aplicación de los instrumentos se ha podido constatar la composición y propiedades de los alimentos, y hemos podido ver que los infantes no conocen la composición de los alimentos y no reconocen cuál es el beneficio de los alimentos saludables, esto es preocupante, porque la mayoría de los niños se alimentan con comida no saludable. En este caso también se involucran los representantes de cada infante, porque ellos son los que dan los alimentos diarios. Para dar una solución con este tema, sería de gestionar talleres, actividades interactivas, folletos, en donde indique y menciona la alimentación</p>	

y nutrición en los infantes, que es importante consumir alimentos sanos, para que propicien energía, proteína y sobre todo nutrientes para el desarrollo de cada infante. También, es fundamental tener una dieta equilibrada y culturalmente adaptada para cada infante.

*Nota: Elaboración propia*

*Tabla 8: Triangulación: Dieta equilibrada*

<b>SUBCATEGORÍA</b>	<b>Dieta equilibrada</b>	
<b>Entrevista</b>	<b>Diario de campo</b>	<b>Ficha de observación</b>
<p>Mediante la entrevista se pudo sistematizar que los infantes no practican una dieta equilibrada, por la razón que les cuesta identificar las hortalizas, verduras, frutas. En educación inicial juega un papel importante la dieta equilibrada, porque los infantes a esa edad necesitan minerales, vitaminas para su crecimiento, por ese motivo debe de ignorar los alimentos que son dañinos</p>	<p>Con base al diario de campo se logró evidenciar que los infantes no realizan una dieta equilibrada, además, siempre llevan alimentos procesados que son malos para la salud. Al momento del refrigerio se les indica a los infantes que hay alimentos que no podemos consumir y que deben decirles a los papás que les manden más frutas, agua, y alimentos que no sean solo carbohidratos y</p>	<p>Con relación a la ficha de observación, se evidenció que los infantes no desarrollan ninguna actividad con base en la dieta equilibrada, es decir, que hay un problema con relación a la educación alimentaria y nutricional, porque no cuenta con una información adecuada, para brindarles a los infantes, y eso ocasiona un desvío en el aprendizaje de cada niño.</p>

que reemplazar las galletas por algo más nutritivo.

### Triangulación

Después de constatar los instrumentos de la investigación como: la entrevista, el diario de campo y la ficha de observación, se pudo llegar a la conclusión de que no se practica en los infantes una dieta equilibrada, porque no existe mucha colaboración por parte de los representantes de cada niño. También, por falta de información de las docentes, y por estas razones, se ocasiona que no exista un acercamiento más a profundidad, en el aprendizaje de cada infante.

*Nota: Elaboración propia*

Tabla 9: Triangulación: Riesgos para la salud por una mala alimentación

SUBCATEGORÍA	Riesgos para la salud por una mala alimentación		
Entrevista	Diario de campo	Ficha de observación	
<p>Por medio de la entrevista que se realizó a la docente, se pudo evidenciar que los riesgos para la salud por una mala alimentación son preocupantes, por el motivo que los infantes al momento del recreo se</p>	<p>Con base a lo evidenciado, se puede interpretar que no se practica actividades con relación a los riesgos para la salud por una mala alimentación. Por esta razón, los infantes, no tienen un</p>	<p>Mediante la ficha de observación se pudo sistematizar que los infantes no tienen un conocimiento acerca de los riesgos para la salud por una mala alimentación, por este motivo se les dificulta</p>	



alimentan de comida chatarra y no con alimentos nutritivos, que sean acorde para edad de cada uno de los niños.

Existen infantes que no se alimentan con comida saludable y por ese motivo obtienen riesgos en el aprendizaje escolar, es decir, se cansan demasiado y no ponen atención.

acercamiento más enfocado en con relación a la alimentación y nutrición, esto es, más preocupante porque una mala alimentación viene ligada con una variedad de enfermedades como: exceso de peso, diabetes, cáncer y entre otras enfermedades, esto los niños no lo conocen y por esta razón lo ignoran y siguen consumiendo estos alimentos. También se pudo observar que algunos de los infantes después del refrigerio, de consumir sus alimentos procesados o con alto contenido de grasa sufrían de dolor abdominal y vómito.

diferenciar qué alimento es bueno para su salud, al mismo tiempo, en las horas de clases no se implementa actividades que tengan relación con a los riesgos de una mala alimentación.

### **Triangulación**

Con respecto a, los instrumentos implementados se pudieron sistematizar sobre los riesgos para la salud por una mala alimentación, no se practica, por la simple razón de que al momento de clases no se desarrolla ninguna actividad en cuanto a la alimentación, con eso quiero especificar que los infantes sin información corren riesgos padecer

enfermedades como: un exceso de peso, cáncer, diabetes, anemia, debilidad, y también pueden contraer enfermedades a futuro. Por estos motivos ya mencionados, se debe crear unas alternativas para que los infantes no padezcan estas enfermedades.

*Nota: Elaboración propia*

*Tabla 10: Triangulación: Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años de edad*

**SUBCATEGORÍA** Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años de edad.

<b>Entrevista</b>	<b>Diario de campo</b>	<b>Ficha de observación</b>
<p>Por medio de la entrevista aplicada, la docente nos manifestó que la alimentación en los infantes debe de ser acorde a la edad de ellos, ya sea como: frutas, cereales, verduras, hortalizas, legumbres, carnes, etc. Además, mencionó que los alimentos que más consumen los infantes son: la sandía, naranja, mandarina, piña, son las frutas que más poseen agua.</p>	<p>En relación con lo evidenciado, se logró constatar que los infantes no se alimentan adecuadamente, por tal razón, llevan alimentos procesados, al momento del recreo algunos niños nos decían que a ello les mandaron gomitas porque ayer se portó bien, otro niño decía que la mamá le compró los Cheetos por venir a la escuela, y que a la salida le iba a comprar una salchipapa. Esto nos indica que los niños no conocen cuál es la mejor</p>	<p>Por medio de la ficha observación se pudo rescatar que los niños no saben en qué porción deben consumir los alimentos, tampoco conocen cuántas veces deben consumir frutas. En el CEI tampoco se aplican actividades para fomentar la alimentación de los niños, este trabajo también debe venir desde los padres, ya que son ellos los que deben enseñarles a los niños la porción adecuada para sentirse satisfechos.</p>

alimentación acorde a su edad.

### Triangulación

con respecto a los instrumentos implementados se pudo sistematizar que los niños y niñas no conocen cuál es la porción adecuada de los alimentos que deben consumir, también que ellos consumen fruta, pero no saben los beneficios de las mismas, esto debido a que en el CEI no se realizan actividades en relación con alimentación y nutrición, también se debería trabajar con las familias con talleres para ayudar a que los infantes tengan un mejor desarrollo y crecimiento de acuerdo a su edad.

*Nota: Elaboración propia*

Tabla 11: Triangulación: Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial

**SUBCATEGORÍA** Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial.

<b>Entrevista</b>	<b>Diario de campo</b>	<b>Ficha de observación</b>
<p>La docente manifestó que la educación alimentaria y nutricional en los infantes es lo más importante porque es la base para el mejor funcionamiento del cuerpo y especialmente en los niños, y si nos alimentamos bien sabemos que tenemos un cuerpo sano y una mente sana. Por otra parte, la docente manifiesta que no se desarrollan actividades con base en la alimentación y</p>	<p>Se pudo evidenciar que la docente no desarrolla ninguna actividad en la que involucra la educación alimentaria y nutricional. Existe un niño que no se alimenta correctamente, porque se ha podido notar que al momento del refrigerio se alimenta de comida chatarra, y a la hora de realizar las actividades se cansa rápido y se queda dormido.</p>	<p>Mediante la observación se pudo constatar que el CEI no realiza actividades en cuanto a educación alimentaria y nutricional, es por esta razón que muchos de los niños no conocen cuáles son los tipos de alimentos que existen, tampoco conocen cuáles son los beneficios de alimentarse correctamente y cuáles son los riesgos si no se alimentan de buena</p>

nutrición, salvo una charla con una nutricionista hace aproximadamente dos años. La docente solo hace un recordatorio a los niños al momento del refrigerio que deben de traer alimentos saludables, pero la mayoría no hace caso.

### **Triangulación**

De acuerdo a las observaciones y a las conclusiones, se puede evidenciar que los infantes no realizan actividades con relación a la alimentación y nutrición. También, se debe de implementar actividades con relación a la alimentación, para que los infantes tengan un acercamiento más profundo, porque la alimentación en la infancia es lo más importante, por eso hay que enseñarles, desde temprana edad, los fundamentos con relación a la base alimentaria.

La docente nos manifestó que no utiliza ninguna técnica en la que ayude a los niños a diferenciar los alimentos saludables. Además, expresó que lo único que hace es pedir a los padres de familia, que eviten mandar comida chatarra, que no compren alimentos de la tienda, sino que es mejor mandar alimentos realizados en casa y que no sean caros porque realmente de la tienda le salen más caros, en cambio, en casa que le manden cosas nutritivas, lo que es frutas y un jugo elaborado en casa.

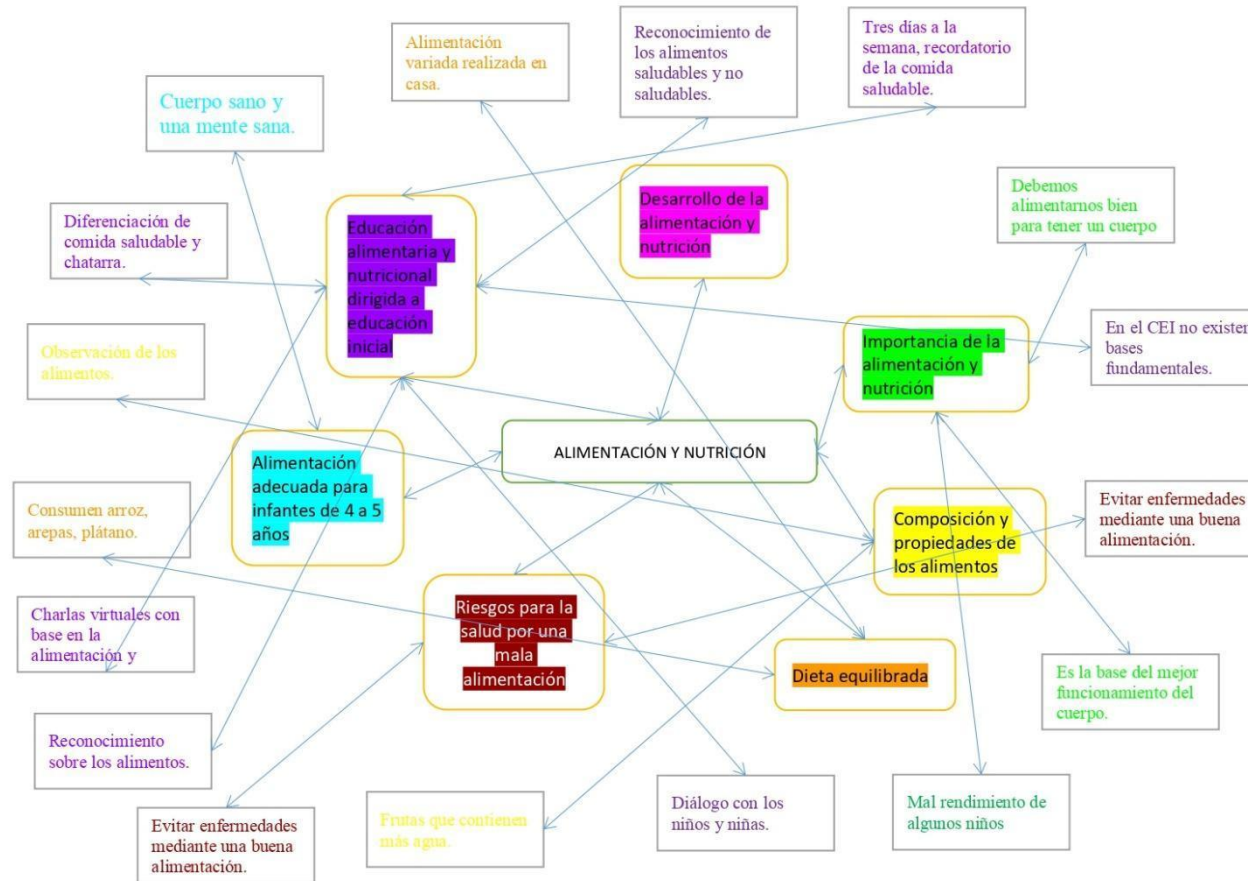
*Nota: Elaboración propia*

### **4.4 Red Semántica**

Se llega a obtener un análisis por medio de la red semántica de la información adquirida, la misma que detalla los resultados involucrados por medio de las tres técnicas del diagnóstico.

### **Entrevista**

Ilustración 6: Red semántica de la entrevista

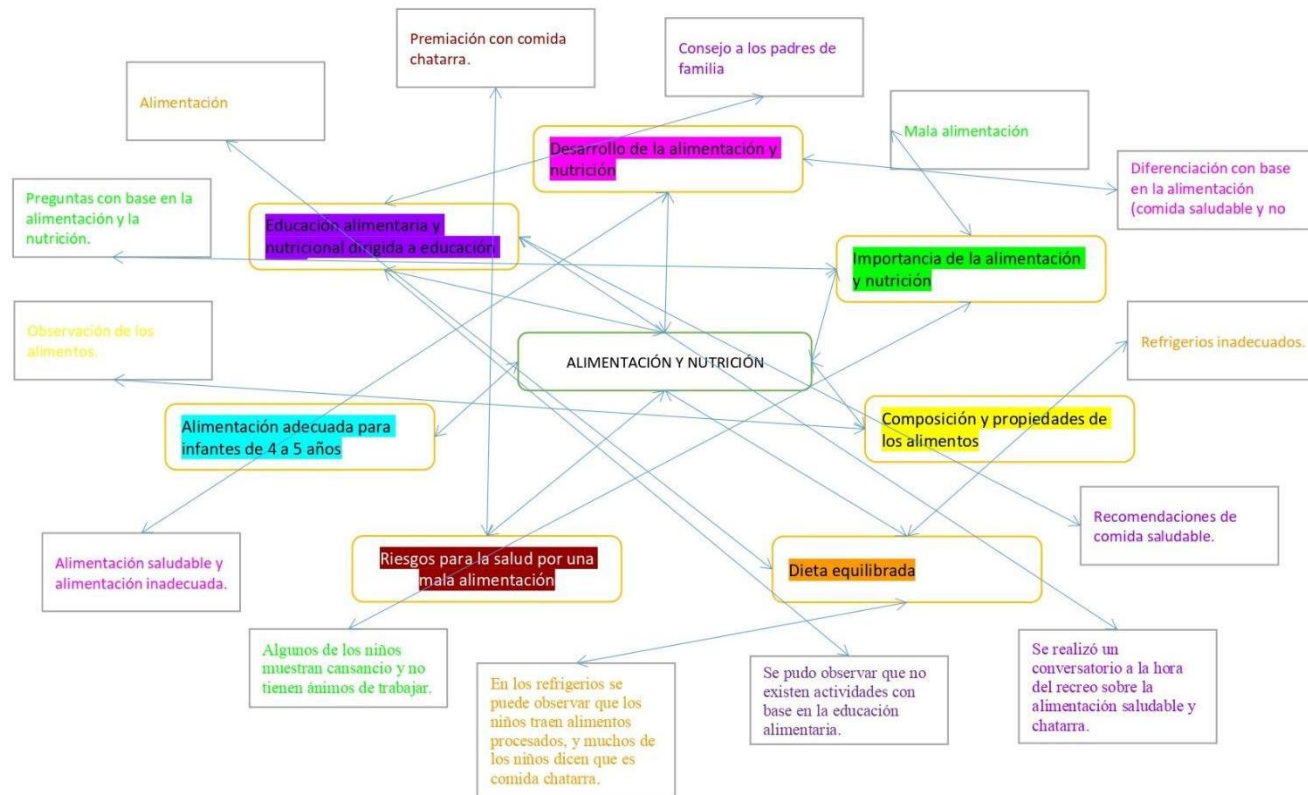


Nota. Elaboración propia

En esta red semántica se evidencia toda la información recolectada de la entrevista desarrollada a la docente de prácticas. Se partió por medio de siete subcategorías adquiridas en el comienzo de cada subcategoría se le verificó y asignó códigos para desarrollar el proceso de la densificación de toda la información más relevante.

**Diario de campo**

*Ilustración 7: Red semántica del diario de campo*

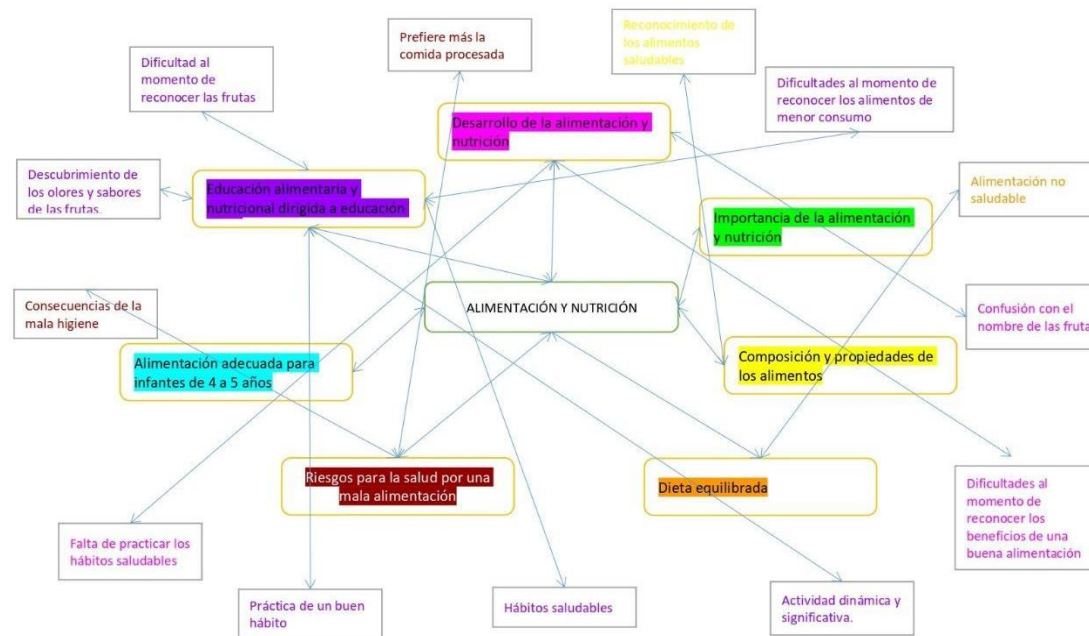


*Nota: Elaboración propia*

En la red semántica desarrollada se evidencia toda la información alcanzada del diario de campo realizado en los encuentros sincrónicos de las prácticas pre profesionales. Además, se comenzó con siete subcategorías incrementadas desde el inicio, por ese motivo a cada una de ellas se le asignó diferentes códigos.

### Ficha de observación

*Ilustración 8: Red semántica de la ficha de observación*

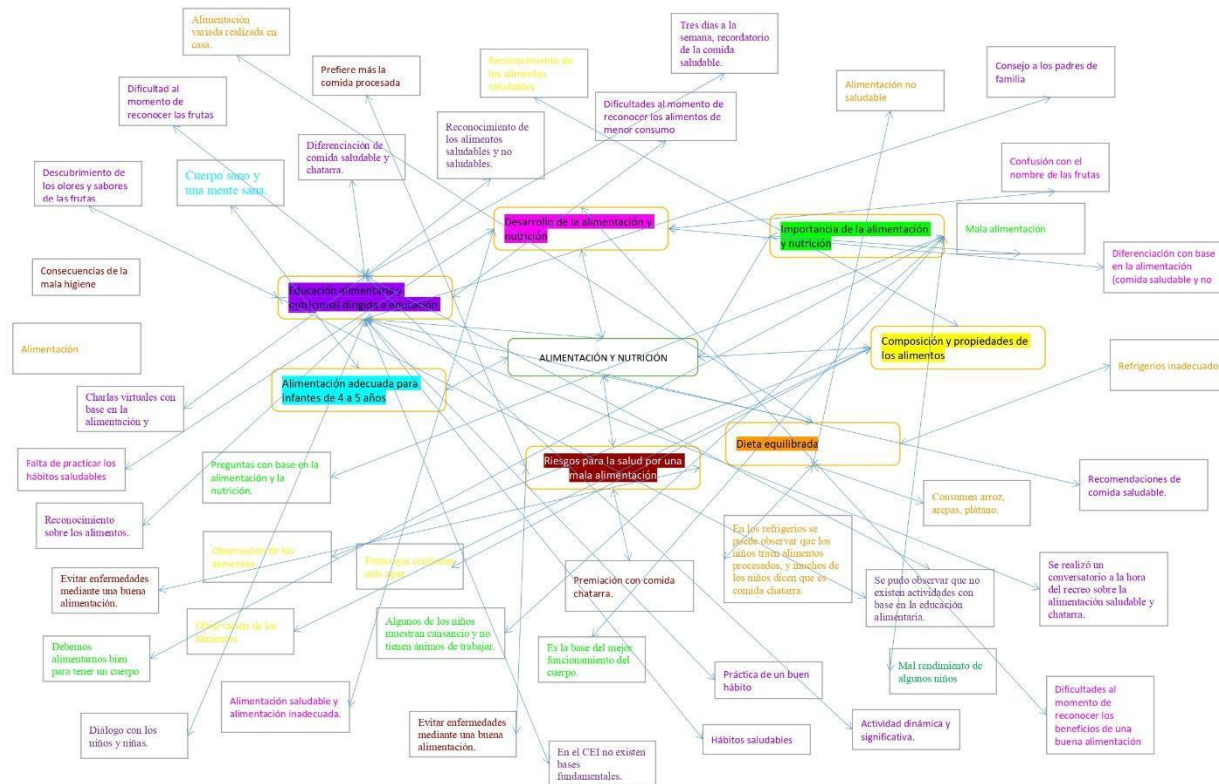


*Nota. Creación propia*

En esta red semántica se evidencia toda la recolección más relevante de la información obtenida de las fichas de observación que fueron adquiridas para registrar todo lo evidenciado en las sesiones de clase.

### General

*Ilustración 9: Red semántica de todos los instrumentos*



*Nota: Elaboración propia*



En la red semántica se puede verificar los resultados de la información de los tres instrumentos aplicados como: la entrevista, diario de campo y la ficha de observación. Se indaga de siete subcategorías obtenidas desde el inicio de la investigación, a cada una de las subcategorías se le designó los principales códigos para después, desarrollar la respectiva densificación de toda la información, son las siguientes: Desarrollo de la alimentación y nutrición, Importancia de alimentación y nutrición, Composición y propiedades de los alimentos, Dieta equilibrada, Riesgos para la salud por una mala alimentación, Alimentación adecuada para infantes de 4 a 5 años de edad, Educación alimentaria y nutricional dirigida a educación inicial.

#### **4.5 Interpretación de datos**

##### **Entrevista docente:**

Al haber actuado el análisis se ha podido evidenciar que la educación alimentaria y nutricional solamente se aplicó cuando implementados las actividades de nuestra propuesta, es importante desarrollar actividades didácticas en educación inicial, por el simple hecho de que contribuye al beneficio de cada infante, para que pueda tener un mejor rendimiento en el aula de clases. Algunos de los infantes tienen dificultades para reconocer el nombre de las frutas y también tienen dificultades al momento de diferenciar el tamaño. La docente considera que es fundamental que los infantes ya deben de reconocer la seriación de las frutas y los colores.

##### **Diario de campo:**

Al hacer el análisis se puede evidenciar que en el CEI no se aplican actividades en relación con la alimentación. Y se puede observar que muchos infantes, al no tener esta educación alimentaria y nutricional, prefieren la comida chatarra que la comida que les brinda beneficios para la salud. Para que los niños conozcan dichos beneficios es necesario que se hagan conversatorios y actividades para los infantes como familias y docentes, porque es responsabilidad de los cuidadores, explicarles lo que es mejor. Se considera que la educación alimentaria y nutricional es importante para que los niños y niñas puedan obtener un mejor rendimiento académico y estar sanos al mismo tiempo.

##### **Guía de observación:**

Mediante las preguntas realizadas a la hora del receso y en los conversatorios, se pudo evidenciar que los niños, niñas conocen cuáles son los hábitos, como la higiene que se debe tener antes, después de consumir un alimento, que se debe tener, pero que no los aplican siempre. También se pudo rescatar que a los infantes

no les gusta una serie de alimentos y que prefieren no consumirlos y pedir comida chatarra y que los padres les brindan sin ningún problema. Dentro de lo que se puede observar y evidenciar que los infantes traen sus alimentos dependiendo de su cultura o nacionalidad, dentro de lo mismo podemos rescatar que la mayor parte de esos alimentos son harinas.

#### **4.6 Hallazgos generales**

Al haber ejecutado el análisis de la información se ha podido evidenciar que la educación alimentaria y nutricional solamente se aplicaban durante la hora del receso y no es que se realizaban actividades, únicamente se les indicaba a los niños y niñas que no deben traer esos alimentos. Como se pudo observar, muchos de los niños y niñas reconocen los alimentos saludables y no saludables, lo que se les complica es conocer los beneficios de alimentarse correctamente, no conocen de qué están compuestos los alimentos y no conocen los riesgos que puede tener alimentarse de manera errónea.

Al hacer el análisis se puede evidenciar que en el CEI no se aplican actividades en relación con la alimentación. Y se puede observar que muchos infantes, al no tener esta educación alimentaria y nutricional, prefieren la comida chatarra que la comida que les brinda beneficios para la salud. Para que los niños conozcan con dichos beneficios es necesario que se hagan conversatorios y actividades para los infantes y también para los familiares de cada estudiante, porque es responsabilidad de los cuidadores, explicarles lo que es mejor.

Se considera que la educación alimentaria y nutricional es importante para que los niños puedan rendir mejor académicamente y estar sanos al mismo tiempo; por esa razón deben estar informados de la mejor manera sobre la alimentación que conlleva cada edad. Por medio de los instrumentos aplicados para el diagnóstico como triangulación podemos llegar a analizar sobre la alimentación y también sobre educación alimentaria brindada a los infantes.

Los instrumentos que se utilizaron son los siguientes: se obtuvieron resultados de la entrevista, de la guía de observación y los diarios de campo, dependiendo las categorías del estudio. Se llegó a la conclusión de que es fundamental que en Educación Inicial se implementen actividades, con relación a la alimentación y nutrición, para poder tener mejores resultados en los ritmos de aprendizaje, desarrollo y crecimiento de los infantes. Si se implementarán actividades en relación con educación alimentaria y nutricional, los niños y niñas podrían tener un estilo de vida más saludable, donde su dieta esté equilibrada en cuanto a su edad y consuman alimentos que favorezcan a su crecimiento y desarrollo óptimo para desarrollar las actividades de su día a día.

## Capítulo V

### 5 Diseño de la propuesta de intervención educativa “Aprendo a comer sano”

En este punto se describe el proceso para elaborar e implementar la propuesta en base con el diagnóstico. Además, se trabajan las principales necesidades específicas del grupo de los infantes para fomentar la educación alimentaria y nutricional a través de la implementación de actividades didácticas, para esto se desarrolló un plan de acción.

#### Introducción

La educación alimentaria y nutricional son estrategias que están diseñadas para facilitar el aprendizaje sobre alimentación saludable, generando de esta manera que las personas que reciban esta educación puedan establecer hábitos y conductas voluntarias sobre alimentación. Las estrategias están orientadas en el progreso de habilidades de cada persona para que adopten voluntariamente estilos de vida saludables. Además, se diseñó un cuadernillo de actividades didácticas denominada “Aprendo a comer sano” la implementación de las actividades tiene como duración de tres de semanas consecutivas, basándose en las estrategias con relación a la alimentación y nutrición, para trabajar con los infantes de 4 a 5 años de edad del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” de la ciudad de Cuenca.

Para desarrollar las actividades didácticas planificadas con relación a la educación alimentaria y nutricional se obtuvo que los infantes tengan un aprendizaje más significativo e innovador, teniendo un acercamiento más a fondo con los alimentos nutritivos y también con los alimentos que son dañinos al momento de consumirlos. Es decir, la buena alimentación les ayuda a los infantes a crear nuevos hábitos con relación a los alimentos que son adecuados para ellos, les permite tener una alimentación más equilibrada, saludable y sobre todo adecuada.

#### Problemática

Dentro de las prácticas pre profesionales se determinaron en el Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” en el subnivel 2 “A” con un total de 22 infantes, 9 niños y 11 niñas. En las cuales se observó que, a la hora de sus refrigerios, la mayoría de los infantes carecen de una alimentación adecuada para alcanzar sus necesidades de desarrollo. En muchos de los casos, se visualiza que el refrigerio se encuentra compuesto por snacks, golosinas y alimentos procesados que originan y ocasionan resultados negativos para la salud y en su rendimiento estudiantil.

Para ello se pretende desarrollar actividades didácticas como apoyo a los docentes, para que puedan aplicar estas actividades y dar a conocer sobre la importancia de la educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años.

### **Justificación**

Estas actividades didácticas tienen el propósito de apoyar a los docentes, a conocer sobre la importancia de la educación alimentaria y nutricional. Para ello, se pretende desarrollar actividades didácticas dirigidas a niños y niñas de 4 a 5 años de edad. Esta necesidad surge a través del acompañamiento estudiantil de las prácticas pre profesionales efectuadas a lo largo de los ciclos formativos, en las modalidades presencial y virtual. En la cual se observó que, a la hora de sus refrigerios, la mayoría de los infantes carecen de una alimentación adecuada para alcanzar sus necesidades de desarrollo. En muchos de los casos, se visualiza que el refrigerio se encuentra compuesto por demasiados carbohidratos, comida con alto contenido de grasa y azúcar, también sus refrigerios suelen ser: snacks, golosinas y alimentos procesados; teniendo en cuenta que los mismos pueden originar u ocasionar resultados negativos en la salud, desarrollo, crecimiento y en el rendimiento de cada uno de los infantes.

Basándonos, en el Currículo de Educación Inicial del Ecuador, manifiesta sobre la importancia fundamental de las necesidades básicas de la alimentación y el cuidado de los hábitos alimenticios que debe de tener todo infante, además, se plantea actividades didácticas denominadas “Aprendo a comer sano”, para ayudar a los infantes a tener un acercamiento con los alimentos y los nutrientes que benefician al cuerpo.

### **5.1 Estructura del plan de acción**

Para el diseño de la propuesta de intervención educativa se lo realizó mediante los pasos que son propuestos por Cox (2003), los cuales se detallan en la siguiente tabla.

*Tabla 12: Estructura de la propuesta de intervención educativa o plan de acción*

<b>Proyecto:</b>	Se desarrollaron actividades didácticas para fortalecer la educación alimentaria y nutricional en niños y niñas de 4 a 5 años. La propuesta se denominó “actividades didácticas: “Aprendo a comer sano”		
<b>Meta u Objetivo:</b>	Se abordó un objetivo general y cinco objetivos específicos que orientan a nuestra propuesta, enfocada a la educación alimentaria y nutricional		
<b>Formas de medición de los resultados</b>	Se adquirieron resultados cualitativos en base al análisis de información mediante la técnica de la triangulación		
<b>Actividad</b>	<b>Responsables</b>	<b>Recursos</b>	<b>Plazo de tiempo</b>
Se diseñaron 8 actividades didácticas, pero solamente seis se implementarán en un lapso de cuatro semanas consecutivas. A continuación, las actividades: El semáforo del buen comer. Recoger y arrancar. El restaurante de cualquier momento. La porción correcta. Ensalada de todos los colores. Enfocándonos en las formas y en los colores. Cocinamos. Que es mejor. Armando, la pirámide alimenticia. Clasificación de los alimentos.	Las responsables fueron las investigadoras	-Frutas de plástico. -Hojas de trabajo. -Pinturas -Tijeras -Goma -Palos de chuzo -Chocolate en polvo -Bufandas -Platos desechables	Las actividades didácticas se llevaron a cabo durante tres semanas, lo cual nos ayudó a obtener información valiosa, para poder evaluar los resultados obtenidos.

*Nota. Creación propia con los aportes de (Barraza, 2010)*

## 5.2 Fases del diseño de la propuesta

Basándonos en la propuesta de intervención educativa es planificar y/o actuar de una manera profesional para que todos los docentes tengan el control de su práctica, mediante la investigación, teniendo en cuenta las siguientes fases:

- **Fase de planeación:** Se refiere a la elaboración, planeación, a plantear, desarrollar y diseñar la propuesta. En esta etapa, se definió el propósito y surgieron preguntas ¿para qué? Está preparado esta propuesta y la intención que se logrará con ella. Se realizó la organización de los folletos de las actividades didácticas, se describen el tipo de recurso que se va a utilizar en las actividades, después se construyen las actividades basándonos en la problemática planteada para fomentar la educación alimentaria y nutricional, se tuvo como resultado 8 actividades que se pueden adaptar a cualquier planificación, que tienen como duración de 30 a 40 minutos de aplicación aproximadamente.
- **Fase de implementación:** hace referencia a la aplicación de las actividades planteadas por medio de la intervención educativa. Se aplicaron 6 de las 8 actividades en 30 minutos que la docente facilitó, la aplicación tuvo una duración de un mes a partir del 25 de mayo finalizando el 16 de junio en el Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz”
- **Fase de Evaluación:** esta fase hace referencia al seguimiento y cumplimiento de las actividades diseñadas, realizadas en la propuesta y su evaluación. Al culminar esta fase se llega a denominar propuesta de intervención educativa. Cabe recalcar, que esta fase se sistematizaron actividades escogidas por el medio de, el uso del diario de campo. También, se registró todos los avances obtenidos de cada sesión en la ficha de observación, de acuerdo a los indicadores plateados.
- **Fase de Socialización/difusión:** Esta fase permite a la persona que lo recibe tener más conciencia de la problemática de la propuesta y generar un interés de ser utilizada, además, de promover y difundir la información brindada. Cabe recalcar que en este proyecto investigativo no se aplica esta fase por falta de tiempo como un factor obstaculizador.

### 5.3 Objetivos

Se planteó con un objetivo general, que a su vez van de la mano varios objetivos específicos que permiten llevar a cabo la propuesta de intervención educativa.

#### 5.3.1 Objetivo general

Fomentar la educación alimentaria y nutricional a través de la implementación de actividades didácticas en infantes del 4 a 5 años, paralelo A del CEI, “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador

#### 5.3.2 Objetivos Específicos

- Reconocer la importancia de una alimentación saludable
- Fundamentar teóricamente sobre la alimentación y nutrición en infantes de 4 a 5 años.
- Diseñar actividades didácticas en base con alimentación y nutrición en infantes de 4 a 5 años, paralelo A del CEI, “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca- Ecuador.
- Implementar las actividades didácticas, en infantes de 4 a 5 años, paralelo A del CEI, “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca- Ecuador.
- Evaluar las actividades didácticas implementadas en infantes de 4 a 5 años, paralelo A del CEI “Rita Chávez de Muñoz”

### 5.4 Presentación de la propuesta

El objetivo de la alimentación y nutrición en infantes de educación inicial es asegurar el crecimiento y el desarrollo de acuerdo a su edad, hay que tener importancia en la actividad física que realizan y fomentan los hábitos alimenticios saludables, para que de esta manera se puedan prevenir enfermedades nutricionales a corto o largo plazo.

La educación alimentaria se ha intensificado, debido a que se ha demostrado que ayuda a mejorar el comportamiento dietético y el estado nutricional en los infantes, la familia y la escuela son los responsables de desarrollar una adecuada y efectiva educación nutricional para la salud. La escuela es un medio ideal para implementar un programa de educación nutricional por su versatilidad y posibilidad de llegar a toda la población, y por poder ir incorporando conocimientos, comportamientos y actitudes nutricionales en todas las etapas educativas.

Basándonos en la intervención educativa es fomentar la educación alimentaria y nutricional en infantes del 4 a 5 años, paralelo A del CEI, “Rita Chávez de Muñoz” de la ciudad

de

Cuenca, por medio de la implementación de las actividades didáctica con base a la dieta equilibrada, hábitos alimenticios, alimentos saludables, tipos de alimentos y porciones adecuadas a la edad. Más adelante, se presentan los diversos componentes que se incrementa esta propuesta, como, por ejemplo; datos de información, el papel primordial de los actores educativos y las razones para utilizar actividades pedagógicas para satisfacer las necesidades de los infantes documentados durante la formación pre profesional.

También, se presentan las actividades didácticas con sus respectivos objetivos e indicadores de evaluación y con la facilidad de ser desarrolladas en la fase de la propuesta de implementación, tiene como duración de 3 semanas consecutivas, para el uso de la educación alimentaria y nutricional se dividió en 6 actividades las cuales fueron aplicadas dos en cada semana, las sesiones se realizaron en 30 a 40 minutos, considerando que la docente tenía más actividades planificadas, los materiales fueron brindados por las practicantes en la mayoría de las sesiones.

**Nombre de la institución:** Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz”

**Nivel:** Subnivel inicial 2, paralelo A, jornada matutina

**Número de participante:** 22 niños y niñas

**Espacio destinado:** Aula de clases

**Beneficiarios:** Niños y niñas de 4 a 5 años de edad del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz”, con la docente del subnivel 2 paralelo A, en la jornada matutina.

**Recursos:** Se utilizaron recursos para las actividades didácticas, el Cuadernillo “Aprendo a comer sano”

- Frutas de plástico
- Hojas de trabajo
- Pinturas
- Tijeras
- Goma
- Palos de chuzo
- Chocolate en polvo
- Bufandas
- Platos desechables

**Temporizador:** Todas las sesiones se realizaron con los infantes y se desarrollaron las actividades dos días por semana, durante tres semanas, con un total de seis sesiones entre 30 a 40 minutos por cada actividad.



## 5.5 Fundamentación Teórica

Basándonos en este apartado se detalla los conceptos teóricos, con relación a la experimentación de aprendizaje, con sus determinadas particularidades, en conexión con la educación alimentaria y nutricional.

### **Alimentación saludable para niños de Educación Inicial**

Fomentar una alimentación saludable para niños de 3 a 5 años es una manera de garantizar un desarrollo y crecimiento adecuado. A esta edad todavía están desarrollando su hábito de alimentación y necesitan que se les aliente a comer de manera saludable, para evitar las enfermedades que son a corto y largo plazo. Se debe tener en cuenta que una alimentación saludable para los niños de esta edad no tiene que ser la misma que los adultos, solo que, en menor proporción, pues, es un error que se comete a diario, para promover una alimentación saludable es primordial tener en cuenta las necesidades nutricionales de los niños porque son distintas a la nuestra. Una alimentación saludable debe ser variada, poseer los nutrientes necesarios dependiendo de cada infante y estar repartida a lo largo del día (Moreno y Galiano, 2015).

### **Necesidades nutricionales en la infancia**

Las necesidades nutricionales se pueden definir como el total de los alimentos requeridos por cada persona, para lograr un organismo saludable y que pueda desarrollar todas las actividades de su día a día. Si cada infante consume alimentos nutritivos saludables, las necesidades de su organismo se verán satisfechas con mayor facilidad, mientras que, si se alimentan de alimentos que contienen grasas saturadas o azúcares refinados, el resultado será que el cuerpo no tendrá las suficientes fuentes para poder satisfacer sus necesidades diarias.

Las necesidades calóricas para esta edad son de 1200 kilocalorías en niñas y 1400 kcal. Se debe ofrecer a los infantes un gran número de alimentos en distintas presentaciones, sabores, colores y texturas. Las comidas deben estar repartidas entre desayuno, almuerzo, media tarde, y merienda. El desayuno es uno de los alimentos principales del día, pero la mayoría de infantes que comienzan la jornada escolar sin realizarlo o de forma inadecuada. El desayuno opta en tener al menos 3 de los 5 grupos de alimentos aportando de esta manera 20 kcal. El almuerzo debe constituirse en un plato o recipiente a base de verduras y legumbres, pasta o arroz, en el segundo plato debe contener una proteína y de postre preferiblemente una fruta. Las dos otras comidas deben ser dependiendo a la actividad física de cada infante, pueden ser raciones de

fruta, lácteos y como bebida fundamental el agua, deben ser ligeras y sencillas (Barrios, et. Al, 2011).

### **Riesgos de una mala alimentación**

La alimentación de los infantes en vez de ser con alimentos saludables está siendo sustituida por comida basura, lo que afecta a los cuerpos y, por lo tanto, genera problemas en la salud de los infantes. Se dividen los problemas de salud en dos tipos: las enfermedades causadas por consumir suficientes nutrientes, en esta se encuentran la desnutrición, anemia y osteoporosis; y las enfermedades causadas por el consumo excesivo de nutrientes, las mismas pueden ser obesidad y sobrepeso. Hay que procurar que el plato de comida posea al menos 3 de los 5 grupos de alimentos. Si el infante no quiere comer alguno de los alimentos, se pueden buscar alternativas para que ese alimento esté presente en su dieta. La obesidad es una de las consecuencias a corto plazo que se presenta a esta edad y una de las causas es la falta de verificación en los principales alimentos que los infantes ingieren.

Para prevenir estas enfermedades es promover una buena alimentación desde temprana edad, incorporar frutas y verduras para aportar con los nutrientes necesarios para su edad.

### **Refrigerio saludable**

Un refrigerio saludable ayuda a que los infantes puedan satisfacer sus necesidades de nutrientes, por lo general se hacen dos, uno al medio día y otro a la media tarde, asimismo, es una fuente primordial de energía para los niños y niñas, reciban entre la hora de clases, ayudando a mejorar la concentración y aprovechar al máximo el aprendizaje que es impartido. El refrigerio debe estar compuesto de frutas, verduras frescas, cereales. Para escoger un buen producto hay que tener muy en cuenta el semáforo que tienen los alimentos, tenemos que brindar a los infantes los mejores alimentos, los mismos deben tener en su mayor cantidad el color verde, y evitar a toda costa los alimentos que posean el color rojo. Lo más importante es evitar las gaseosas y bebidas endulzadas y que esté acompañada de actividad física para así evitar que se presente problemas de desnutrición u obesidad (Ministerio de salud pública, 2013).

### **Educación alimentaria y nutrición**

La enseñanza alimentaria y nutricional debería tener como fin impulsar o modificar hábitos alimentarios en toda la sociedad educativa. Enseñar sobre la necesidad de trascendencia de una buena ingesta de alimentos, involucra, hallar,

remover creencias y comportamientos falsos; impulsar una más grande conciencia de las diversas funcionalidades o papeles que desempeñan o deberían realizar los alimentos en las diversas esferas de la vida, la salud, el aprendizaje, la producción, el reparto y el consumo de alimentos; y el hincapié que debería situar la enseñanza, especialmente en la niñez, en la promoción de conceptos, reacciones y comportamientos claros y primordiales relacionadas con la ingesta de alimentos.

La escuela, en especial en el nivel de educación inicial, tiene un papel importante en el aprendizaje y la formación de hábitos de alimentación apropiados, haciendo énfasis en erradicar prácticas inadecuadas y promover un mayor sentido crítico en lo que se refiere a la alimentación (Cruz Sánchez, 2015).

### 5.5.1 Recurso Pedagógico

#### Cuadernillo

El cuadernillo de actividades didácticas es efectuado conjuntamente con las estrategias involucradas en la creatividad e innovación, que son plasmadas por medio de la docente, construyendo las preferencias y recomendaciones de cada infante con el propósito de promover un desarrollo integral (Ministerio de Educación, 2012). En efecto, por medio de las actividades planificadas deben de tener una experiencia profunda con relación a las necesidades e indicaciones de cada infante.

### 5.5.2 Secuencia didáctica de las actividades didácticas

Para la elaboración de la experiencia de aprendizaje fue fundamental que exista la planificación detallada y que obtenga una variedad de actividades relevantes para que los infantes sean partícipes al momento de resolver los ejercicios. Por ende, se utilizó los tres momentos primordiales en la experiencia de aprendizaje con base al currículo considerando los momentos de planificar.

1. **Momento de inicio (anticipación):** Esta etapa el diálogo es básico, se disponen las actividades al momento de que se va a desarrollar mediante el transcurso de la jornada, sin desintegrar el principal objetivo de la clase.
2. **Momento de desarrollo (construcción):** Se realiza al instante de las actividades planificadas con los infantes, es decir, empiezan a experimentar e interactuar con la docente al momento de la disposición del material y la realización de la actividad.
3. **Momento de cierre (consolidación):** Es el momento de consolidación y el momento

en que

los infantes demuestran sus productos de aprendizajes adquiridos, ya sea por medio de un diálogo y recordatorio. Además, es importante realizar el momento de cierre en todas las actividades para que los infantes puedan reforzar sus conocimientos. (Ministerio de Educación, 2014, p. 46)

## 5.6 Fundamentos metodológicos

Por medio del apartado se determina los principales fundamentos metodológicos que se involucraron en la intervención educativa que se ha incrementado para la implementación de las actividades por medio de las prácticas pre profesionales. También, se reflexiona la importancia de la metodología fundamental y primordial con relación a la propuesta.

### 5.6.1 Principios de intervención educativa

Basándonos con relación a la intervención educativa que es fundamental que obtenga puntos de referencia para poder ser implementada, considerando a ello, se plantean los siguientes principios:

- **El tratamiento de la diversidad:** como primer punto se realizó una valoración de los infantes para comprender las necesidades e intereses, también, de llegar a un aprendizaje individual como grupal, con una variedad de actividades que contienen diferentes niveles de complejidad.
- **Aprendizaje significativo:** Se tiene que considerar los aprendizajes previos, teniendo en cuenta los conocimientos que los infantes han adquirido mediante situaciones del entorno tanto social como cultural.
- **Clima Educativo:** es necesario crear ambientes educativos para que permitan a los infantes, estar concentrados. (León, 2019)

### 5.6.2 Metodología Participativa

En la metodología participativa se percibe a todos los participantes como agentes activos basándose principalmente en la construcción y reconstrucción en el conocimiento, no como representantes pasivos o dichos receptores. También se puede tener en cuenta que un aprendizaje significativo es cuando los infantes relacionan los nuevos conocimientos con los previos. De la misma manera, son técnicas que facilitan el aprendizaje y permiten que los infantes compartan experiencias y conocimientos, así se accede a que se apropien de los nuevos aprendizajes en el aula de clases, por medio de la observación, el escucha y la formulación de

las preguntas.

## 5.7 Fundamentos Pedagógicos

Para la contribución de la propuesta de intervención se eligió el modelo constructivista que está involucrado en la educación inicial. Basándonos en la teoría de constructivismo de Ausubel tiene relación con el aprendizaje, se desarrolla por medio de los conocimientos que posee cada alumno, además, el estudiante experimenta y averigua lo que sabe, para después seguir una consecuencia lógica y por este medio el infante sigue aumentando sus conocimientos. La teoría del aprendizaje significativo establece que las necesidades de tener una satisfacción con los conocimientos preliminares del alumno para elaborar desde fundamentos con conocimientos nuevos, respetando el relato lógico entre cada uno de ellos (Ausubel, 1963). Es decir, en este modelo se concibe como el alumno llega a obtener nuevos aprendizajes por medio de desenvolverse en nuevas situaciones que son desconocidas e indiferentes para él. También, obtiene un mejor comportamiento y atención al momento de recibir clases, los infantes son libres y conscientes de todo lo que van aprendiendo cada día, por ese motivo se les incentiva a seguir adelante con entusiasmo y esfuerzo.

**Aprendizaje significativo:** Se basa en un proceso activo por el motivo de un análisis cognoscitivo que es importante indagar la estructura que existe en el aprendiz. Es decir, debe de incentivar la recopilación necesaria, relacionando el material aprendizaje con las definitivas características para cada alumno. Los conocimientos se embarcan en los atributos y no en seguir al pie de letra, por la simple razón que los infantes carecen más en los conocimientos preliminares necesarios (Ausubel, 1963).

### 5.7.1 Fundamentación legal de la propuesta

Por medio de la fundamentación legal, la propuesta se llega a involucrar con dos importantes documentos, el primero el código de la niñez y adolescencia y el otro la ley orgánica de la salud, por lo que se destaca lo siguiente.

#### **Código de la niñez y adolescencia**

Dentro del artículo 26, “los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna”, en ello incluye que se asegure una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente.

En el artículo 28, literal dos, menciona que una responsabilidad del estado es fomentar las iniciativas y adoptará medidas para combatir la desnutrición infantil en los niños, niñas y adolescentes. Del mismo modo, en el literal 6 menciona que se desarrollarán programas de

enseñanza dirigidos a los progenitores y a los individuos que se encuentren al cuidado de los chicos, chicas y jóvenes para brindarles instrucción en los principios básicos de su salud, nutrición y de limpieza. (Código de la niñez y adolescencia, 2013)

### **Ley Orgánica de salud**

En el capítulo 2 artículo 16 menciona “que el estado debe establecer una política de seguridad alimentaria y nutricional que ayude a eliminar los malos hábitos alimenticios, para garantizar a las personas alimentos que sean sanos, variados, nutritivos, inocuos y suficientes”.

Dentro del artículo 18, instituye que las autoridades desarrollarán ocupaciones de información, enseñanza, comunicación y colaboración comunitaria dirigida al entendimiento del costo nutricional de los alimentos, su calidad, suficiencia e inocuidad. (Ley orgánica de salud, 2015)

### **5.7.2 Cuadernillo de actividades “Aprendo a comer sano”**

El cuadernillo de actividades didácticas es un material, que proyecta un desempeño con una ayuda para todos los docentes que lo necesiten, además, es un fortalecimiento en el proceso educativo de todos los infantes, por medio de ello, se puede trabajar una variedad de aspectos físicos, cognitivos, sociales. Con base en ello, Vinchis (2019), plantea que el cuadernillo, facilita que los alumnos obtengan una variedad de conocimientos y nuevos aprendizajes de una manera más clara, cómoda, enfocándose en las necesidades de cada uno de los infantes. Las actividades planificadas favorecen que el infante participe libremente, tengan interés de los beneficios de los alimentos, posibilite un acercamiento profundo con los objetivos. Es decir, en educación inicial es fundamental que los docentes obtengan este recurso, porque ayuda a los infantes a tener un aprendizaje más significativo y ameno.

De esta manera se propuso un cuadernillo de actividades didácticas a la docente, para el fortalecimiento de la educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años, con el respectivo propósito de fomentar los buenos hábitos alimenticios, generar conciencia alimentaria. Cabe resaltar, lo conveniente que puede ser que la maestra proporcione varios espacios, en donde los niños, niñas alcancen sus vivencias y sobre todo sus experiencias, generando el compañerismo con referencia a lo reflejado.

### **5.8 Ejes de igualdad**

La propuesta de intervención se ha incrementado para que conteste y se involucre al eje de interculturalidad. Es decir, todas las actividades didácticas fueron diseñadas e

implementadas en el subnivel 2A la propuesta “Aprendo a Comer Sano” ampliando la participación igualitaria, libre de segregación, discriminación, exclusión, en la que se promovió los valores de las costumbres, etnia o cultura y nacionalidades.

En este sentido, es primordial mencionar que la propuesta de implementación desarrollada, no se presentó ningún contenido con relación al género, de tal razón, las actividades desarrolladas promueven la participación, respeto, compañerismo entre todos los infantes.

### **5.9 Relación de la propuesta de intervención educativa con el diagnóstico**

La propuesta de intervención surgió por medio de una necesidad, para presentar a los infantes del subnivel 2A, se desarrolló por medio de un entorno presencial en la que se involucren y tengan un acercamiento más esencial con relación a la propuesta “Aprendo a Comer Sano”. Se abordó que este espacio y la disponibilidad sea más llamativo, innovador, en donde los infantes se sientan más cómodos al momento de participar en varias actividades. Es decir, de esta manera, se incrementó un cuadernillo con relación a la alimentación y educación, conformándose con un aprendizaje dinámico, divertido y sobre todo lúdico.

Con base en la propuesta, “Aprendo a comer sano” se relaciona al diagnóstico, porque se enfoca especialmente con los infantes, para que tenga la oportunidad de: usar su imaginación, diferenciación entre los alimentos saludables y no saludables, expresión de las emociones mediante las actividades aplicadas para interactuar entre compañeros para usar los materiales y las vivencias adquiridas.

### **5.10 Alcance de la propuesta**

Esta propuesta de intervención educativa con base de actividades de aprendizaje fue desarrollada en un entorno presencial “Aprendo a comer sano” es una propuesta innovadora, ya que se adquirió actividades con fundamentos beneficiosos para cada infante. Antes de nada, la alimentación ha sido una base fundamental en el aprendizaje de cada niño y se involucra mucho en la enseñanza aprendizaje de cada uno de ellos. Si bien para este contenido se explicó de una manera más cordial, al involucrarse en la práctica con relación a la alimentación y nutrición, por medio de esto se hace que las actividades sean llamativas y más ingeniosas, sobre todo dinámicas para cada uno de los infantes. También, los niños y niñas al experimentar nuevas actividades tienen la oportunidad de desarrollar su creatividad, imaginación, expresión,

por estas razones la educación debe de contener más actividades didácticas acoplándose a todas las necesidades de cada infante.

Su experiencia con relación a la alimentación y nutrición radicó en la importancia de la educación alimentaria y nutricional, sin ninguna regla, órdenes y sobre todo limitaciones, para que puedan desarrollar su imaginación, además, se les brindó un apoyo mutuo con relación a lo que iban aprendiendo y adquiriendo. Los elementos que se involucraron en un contexto presencial, los materiales que se presentaron fueron del agrado de los infantes, ya que estuvieron a su alcance, permitiéndoles experimentar con el material nuevo.

### **5.11 Requerimiento del diseño de la propuesta de intervención educativa**

Por medio del diseño de la propuesta de intervención educativa fue fundamental adquirir requerimientos que se mantenga la misma, se describe de la siguiente manera:

**Reunión con la docente con base para coordinar acuerdos:** Se estableció una reunión con la docente del aula del subnivel 2A, para presentarnos e involucrarnos con los infantes, también para manifestar sobre la implementación de actividades que debían de realizar las investigadoras, esto se llevó a cabo de manera presencial.

**Diseño de las actividades didácticas “Aprendo a comer sano”:** El diseño de todas las actividades didácticas tiene relación a la alimentación y nutrición que se enfocaron más en el aprendizaje de cada infante, con el propósito de incrementar una experiencia motivadora, por ese motivo se diseñó seis actividades con experiencia de aprendizaje, la cual se iban desarrollando dos por semana y realizando diferentes actividades de la guía didáctica “Aprendo a comer sano” con la ayuda de las planificaciones, que se realizó desde el día martes 26 de abril hasta día jueves 19 de mayo

**Responsables:** Las investigadoras fueron responsables de las actividades realizadas.



## Capítulo VI

### 6 Aplicación del Cuadernillo de actividades didácticas “Aprendo a comer sano”

Por medio de las actividades didácticas de intervención, se realizó la propuesta evaluativa, que se incrementó y adoptó a los beneficios de cada infante para las selecciones de ordenamiento de las experiencias de aprendizaje y en acontecimientos importantes en CEI “Rita Chávez de Muñoz”. Todas las experiencias de aprendizaje se dividieron en encuentros, desde el 25 de mayo hasta el 09 de junio del 2022.

A continuación, se coloca el link del drive de la propuesta de intervención. [https://www.canva.com/design/DAFMfy9rftI/m6Y\\_Ww16Gylk3\\_UW6jEKIQ/view?utm\\_content=DAFMfy9rftI&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=sharebutton](https://www.canva.com/design/DAFMfy9rftI/m6Y_Ww16Gylk3_UW6jEKIQ/view?utm_content=DAFMfy9rftI&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton)

*Ilustración 10: Propuesta de Intervención*



*Nota: Creación propia*

#### 6.1 Elementos organizativos

En cuanto a la fase de implementación se desarrolló una sistematización y socialización del cuadernillo de actividades didácticas “aprendo a comer sano” a la docente y a los infantes para poner en conocimiento el objetivo, las actividades y cómo se va a llevar a cabo las diferentes actividades para que la docente se familiarice con los temas de cada actividad.

## **6.2 Narración cronológica de las actividades (cronograma de la implementación)**

Durante la aplicación de la propuesta de intervención, se organizaron aspectos fundamentales para el aprendizaje de cada infante, por ese motivo se desarrollaron las actividades de la siguiente manera:

Tabla 13: Cronograma durante la aplicación de las actividades

Elementos	Descripción	Recursos	Temporización
<b>Socialización con la docente para la implementación con relación a las actividades de la propuesta.</b>	Se realizó un conversatorio con la maestra acerca de la implementación de las actividades	WhatsApp Diálogo presencial	Martes 10 de mayo
<b>Socialización con los representantes legales de cada infante</b>	Se realizó un diálogo con los representantes de las y los niños, niñas, para que nos autoricen la implementación de las actividades hacia los infantes.	Diálogo presencial. Autorización	Jueves 12 de mayo
<b>Recordatorio a los representantes legales de cada infante</b>	Se realizó un recordatorio, con los representantes legales, con base a la autorización	WhatsApp Autorización	Martes 17 de mayo
<b>Responsables</b>	Las practicantes investigadoras condujeron y fueron responsables de las actividades mencionadas		

*Nota: Elaboración propia*

Por medio del diseño de la planificación y la organización adquirida, se evidencia la descripción de las experiencias de aprendizaje implementadas desde la semana cinco de las prácticas pre profesionales.

### 6.2.1 Primera actividad didáctica - El semáforo del buen comer

**Semana 5:** 25 de mayo/ El semáforo del buen comer

**Encuentro 1:** Se desarrolló solamente el miércoles 25 de mayo a las 09:00 am.

**Descripción:** La actividad comenzó con un saludo afectuoso y dinámico, en donde todos los infantes participaron respondiendo las siguientes preguntas: ¿Qué alimento consumes más? ¿Te alimentas de comida saludable? ¿Diferencias entre los alimentos dañinos? Después, de responder las preguntas, se le presentó la actividad del semáforo del buen comer, que tenía como objetivo: Distinguir entre alimentos que son tan saludables que se pueden comer en cualquier momento y alimentos que solo se deben comer de vez en cuando. Esta actividad se realizó por medio de unas hojas de trabajo en las que los infantes fueron los alimentos saludables, los que no debemos de consumir en exceso y los alimentos que se debe de consumir de vez en cuando. Cuando ya terminaron de recortar las imágenes de los alimentos tenían que pasar al frente e ir pegando en donde corresponde cada imagen, de acuerdo a los alimentos. Finalmente, se realizó un conversatorio con los infantes sobre los alimentos que se pueden comer a diario, los alimentos que se pueden comer de vez en cuando y los que no debemos comer diariamente.

*Ilustración 10: Primera actividad didáctica*



*Nota: Elaboración Propia*

### 6.2.2 Segunda actividad didáctica - Hábitos saludables y alimenticios

**Semana 5:** 26 de mayo

**Encuentro 2:** Se aplicó el martes 24 de mayo en el horario de las 9:30 am.

**Descripción:** Las investigadoras interactuaron con los infantes con un conversatorio inicial acerca de los hábitos que ellos realizaban en casa y en la escuela, se receptaron las respuestas de cada infante. Se les pidió a los padres que enviaran a los infantes un cepillo de dientes, pasta y jabón. Para esta actividad se les comenzó explicando a los niños, niñas la rutina que debemos seguir mostrándoles un video el cual les explica que antes de comer debemos lavarnos las manos, antes de consumir una fruta debemos lavarla, después de comer debemos lavarnos nuevamente las manos y cepillarse los dientes. Después se les pidió a los infantes que se sirvan su refrigerio y que debían seguir la rutina antes de consumir los alimentos y así todos los niños se dirigieron a los lavabos con su respectivo jabón, se lavaron las manos y después regresaron para ingerir sus alimentos, los infantes que tenían alguna fruta se dirigieron a lavarla y posteriormente pudieron consumir sus alimentos, posteriormente todo todos los niños procedieron nuevamente a lavarse las manos y a cepillarse los dientes, al volver del receso se les explicó a los niños la importancia de seguir estos hábitos.

*Ilustración 11: Segunda actividad didáctica*



*Nota: Elaboración propia*

### **6.2.3 Tercera actividad didáctica Tercera experiencia de aprendizaje – Diferencia de tamaños y ordenar las frutas**

**Semana 6:** 31 de mayo

**Encuentro 3:** Se realizó el martes 31 de mayo a las 08:30 am.

**Descripción:** las investigadoras interactuaron con los infantes acerca de las frutas y los colores al momento de iniciar la actividad, luego se procedió a presentar los materiales para realizar la actividad. Después, se realizó un diálogo con relación a los tamaños de las frutas de plástico (plátano, manzana, limón, naranja, mango, mandarina). Cada infante tenía que pasar al frente e ir clasificando las frutas de la más grande a la más pequeña y así viceversa de la más pequeña al más grande, además, tenían que ir diciendo el color

de la

fruta que estaba conteniendo. Cuando culminaron la actividad, los infantes aplaudían a sus compañeros y manifestaron que les agradó mucho esa actividad, porque les permitía manipular los materiales.

*Ilustración 12: Tercera actividad didáctica*



*Nota: Elaboración propia*

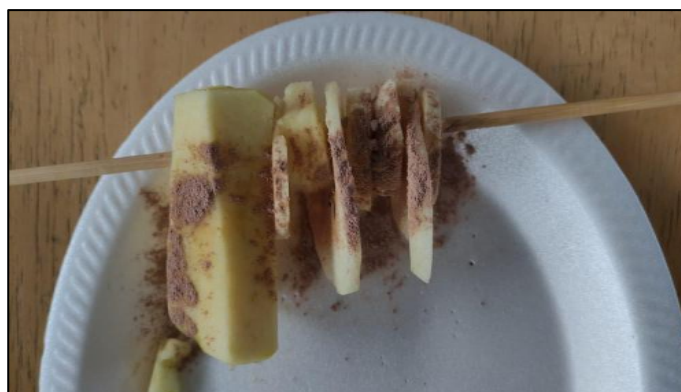
#### **6.2.4 Cuarta actividad didáctica – Seriación de tamaños por medio de frutas**

**Semana 6:** 02 de junio

**Encuentro 4:** Se desarrolló el jueves 02 de junio a las 8:30 am.

**Descripción:** La actividad comenzó con una dinámica de saludo entre todos los participantes. Luego se realizó un recordatorio de los nombres de las frutas que tenía cada infante, para después desarrollar la actividad, se utilizó los siguientes materiales: palo de chuzo, frutas de diferentes tamaños, chocolate en polvo. Por tanto, la actividad consistía en dar a los niños y niñas diferentes tamaños de frutas para que pudieran diferenciar el tamaño de las frutas, los infantes fueron clasificando las frutas de acuerdo al tamaño correspondido y fueron colocando en el palo de chuzo las seriaciones de las más pequeña, mediana, y la más grande, dependiendo como lo fuimos explicando. Finalmente, cuando terminaron la actividad, les fuimos poniendo chocolate en las frutas de cada pequeño y pequeña, para que puedan degustar su sabor, y olor.

*Ilustración 13: Cuarta actividad didáctica*



*Nota: Elaboración propia*

### **6.2.5 Quinta actividad didáctica – Alimentos saludables**

**Semana 7:** 07 de junio

**Encuentro 5:** Aplicado el día martes a las 8:15 am

**Descripción:** En esta actividad se trabajó la porción adecuada y la diferenciación de alimentos saludables y no saludables, para esto se comenzó realizando una actividad en donde los niños debían hacer grupos y cada grupo era una, se formaba un círculo y primero se les que nombren su fruta, cada niño que estar sentado y docente indicaba que frutas cambiaban de lugar, se tenía que ir dando consignas como “las peras deben saltar en un pie”, posteriormente se les explicó a los niños mediante un vídeo cuáles son los beneficios que tienen los alimentos saludables. Para esto se necesitó una caja y varios tipos de alimentos, se ocultaban los alimentos dentro de la caja y tomando turnos, los niños debían introducir sus manos en la caja y adivinar qué alimento era, y después decir cuál es el beneficio de ese alimento y había alguna pregunta o duda eran contestadas por las practicantes. Para finalizar se les realizó un recordatorio de los beneficios de la comida saludable.

*Ilustración 14: Quinta actividad didáctica*



*Nota: Elaboración propia*

### 6.2.6 Sexta actividad didáctica - Textura, Sabor y olor

**Semana 7:** 09 de junio

**Encuentro 6:** Aplicado el día jueves a las 8:15 am

**Descripción:**, como primer punto se les presentó algunas frutas a los niños con relación a la actividad que se realizó el día martes, se pidió a los padres de familia que envíen una bufanda para vendar los ojos a los niños, para comenzar la actividad, se les pidió a los niños que se venden los ojos con la bufanda, para posteriormente darles a cada uno una fruta que sea nueva para ellos, después se les pidió que olieran la fruta que les tocó, se realizaban una ronda de preguntas para ir contestando las dudas de los niños, aún con los ojos vendados se les pidió que tocaran la fruta que les tocó y que nombren si era suave, dura, entre otros; para finalizar se les pidió que probaran la fruta, y después nuevamente que nos volvieran a decir que fruta era. Cuando los niños se quitaron el vendaje pudieron saber si adivinaron o no la fruta que les tocó, y se reforzaron los beneficios de las frutas. Se realizó preguntas en cuanto a las frutas y se respondieron todas las dudas de los infantes.

*Ilustración 15: Sexta actividad didáctica*



*Nota: Elaboración propia*

### 6.3 Seguimiento de las actividades desarrolladas

En las actividades implementadas se dio un seguimiento por las practicantes, con base a las observaciones evidenciadas, con relación a la subcategoría de los indicadores elaborados para realizar la apreciación de la propuesta. Estuvo más enfocada en determinar cómo las experiencias de aprendizaje cooperan con los beneficios de obtener una buena alimentación y nutrición acorde a la edad de cada infante, y si no se cumplía con lo requerido se podía dar mejoramiento con las dificultades evidenciadas. Por estas experiencias desarrolladas se logró considerar los aspectos más positivos y negativos que se realizó al momento de la implementación de las actividades, para después dar sugerencias de una manera más concreta



para la retroalimentación de la propuesta. También, es considerable recalcar que se utilizó material de acuerdo para la edad de los niños o niñas.

## **6.4 Factores y consecuencias**

Por medio de la implementación de la propuesta desarrollada se obtuvieron algunos factores primordiales que facilitaron u obstaculizaron en la relación de propuesta ya mencionada. Lo cual fueron puntualizados a continuación;

### **6.4.1 Factores obstaculizadores**

- ❖ La disposición de horas al momento de implementar las actividades y la eficacia educativa que se llegó a presentar por parte de la docente al momento del desarrollo de las actividades implementadas.
- ❖ Falta de materiales, algunos de los niños y niñas no contenían materiales de trabajo y se dificulta al momento de realizar las actividades.
- ❖ Reposo médico, varios infantes se enfermaron y no podían asistir a clases.

### **6.4.2 Factores facilitadores**

- ❖ La colaboración y contribución de la docente en todo momento para la aplicación de las actividades.
- ❖ El apoyo constante del centro de educación inicial, por hacernos partícipes de su institución.

Basándonos en las deducciones positivas y negativas de actuación realizada, se exhibieron a continuación:

### **6.4.3 Consecuencias positivas**

- ❖ Por medio de las actividades, los infantes lograron diferenciar los alimentos saludables y dañinos.
- ❖ Disposición de un lugar adecuado para que los infantes puedan experimentar y desarrollar las actividades.
- ❖ Creación de un ambiente divertido y acogedor.

#### 6.4.4 Consecuencias negativas

- ❖ Estaba planificado implementar ocho actividades, pero por falta de tiempo, solo se llegaron a desarrollar seis actividades consecutivas.
- ❖ No se pudo cumplir con las tres fases al momento de la implementación.
- ❖ Los infantes se cansaban al momento de realizar las actividades.

## Capítulo VII

### 7 Evaluación de la propuesta de intervención educativa

En este apartado se explican algunos apartados relacionados con la evaluación desarrollada. En la primera se presentan conceptos teóricos que explican el tipo de evaluación que se llegó a utilizar.

#### 7.1 Tipo de evaluación

Se utilizó la evaluación comprensiva que hace referencia a un transcurso que desarrolla la búsqueda de interpretar y describir las respuestas obtenidas en lo determinado del estudio por medio de la propuesta de intervención. De esta manera, se plantea entender los resultados adquiridos desde los siguientes criterios: sensibilidad en los infantes, receptividad.

Argumentando en lo establecido, Stake (2006) recalca que el elemento principal del tipo de evaluación destaca el conocimiento y la comprensión, que parte por medio de una interpretación; además, se clasifica y caracteriza por medio de la receptividad o la susceptibilidad de los aspectos más importantes para todos los individuos de estudio.

Basándonos en lo establecido con los autores Covarrubias y Marín (2015) mencionan cuatro criterios fundamentales para el modelo de evaluación como: “evaluación general, evaluación del proceso de implementación, evaluación de resultados e institucionalización del programa” (p. 15). Por medio de los cuatro criterios, se procedió a realizar la evaluación de la implementación.

#### 7.2 Ruta de evaluación

Se resalta la ruta de evaluación en el cual se empleó fases determinadas por Covarrubias y Marín (2015) señala lo siguiente:

“Fase 1: Diseño del modelo de evaluación

Fase 2: Construcción de los instrumentos

Fase 3: Recolección de los datos

Fase 4: Análisis de los datos” (p. 19-20).

Destacando las fases descritas, se menciona que el modelo de la evaluación fue adaptado al transcurso llevándose a cabo por medio de la implementación, basándose en obtener resultados coherentes. Con estos resultados se llegó a crear los instrumentos de acuerdo a los indicadores.

Los instrumentos sirvieron para la recogida de datos, además, la organización de la información se realizó mediante una transcripción de la entrevista, verificación de las fichas de observación y exploración de todos los diarios de campo, para después, realizar la codificación de primer nivel.

La información se llegó a basar especialmente en la codificación de primer nivel, relacionando un método de comparación fundamental, densificando los instrumentos, para la realización de la codificación del segundo nivel y las redes semánticas. Finalmente, se incrementó la aplicación de la triangulación metodológica y se desarrolló un análisis de la interpretación de los datos obtenidos.

### **7.3 Categorización de la propuesta de la intervención educativa**

Tabla 14: Categorías de la propuesta de intervención

Categorías	Dimensiones	Subcategorías	Códigos/ Indicadores	Técnica e instrumento	Fuente
Evaluación de la implementación de la propuesta	Recepción	Actividades	Método juego trabajo. Recursos <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de material.</li> <li>• Aplicación.</li> </ul> Diseño de la propuesta. Aspectos mejorables. Aspectos positivos	Entrevista / Guía de entrevista	Maestra
		Rol de las practicantes	Tono de voz. Interacción con los infantes. Responsabilidad. Aspectos mejorables. Aspectos positivos	Registro anecdótico	Practicantes
		Educación alimentaria y nutricional	Hábitos alimenticios. Textura, olor y sabor. Seriación de tamaños de frutas de diferentes colores. Seriación de tamaños de las frutas. Alimentos para cualquier momento y que deben de consumir de vez en cuando. Diferencia de comida saludable y no saludable	Ficha de observación	Infantes

*Nota: Elaboración propia*

## **7.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información de la evaluación**

Se usó la técnica de la observación participante que va de la mano con las herramientas de recolección y estudio, se da indagación como es el diario de campo y la ficha de observación, además se hizo una guía de cuestiones semiestructuradas para hacer la entrevista a la maestra, con la intención de obtener prueba que ayude a la utilización de la iniciativa. La observación se hizo a lo largo de las seis sesiones que se han realizado a lo largo de tres semanas, en las cuales se vio la mediación, la colaboración e interés de los infantes, además de constatar si las ocupaciones han estado encaminadas al fortalecimiento de la enseñanza alimentaria y nutricional y a consumir con el fin postulado.

### **7.4.1 Observación participante**

La Observación participante estuvo diseñada para ser aplicada en tres semanas, aplicándose en dos encuentros consecutivos por semana, por medio de esta observación se alcanzó información valiosa para después analizar, de acuerdo con Ruiz (2015) es un estudio en el cual se llega obtener información por un método desde afuera y desde adentro, que actúa con normalidad y posibilita investigar de una manera concreta para la recolección de datos, a lo largo de la ejecución de la propuesta. Se realizó al momento de las dos sesiones consecutivas este instrumento al instante de implementar las actividades, para después ser evaluadas.

### **7.4.2 Diario de campo**

El diario de campo es un instrumento que ayuda a recolectar o registrar la información, es “organizado metódicamente con respecto a la información que se desea obtener, dando secuencia a un proceso de investigación e intervención” (Obando, 1993, p. s.f.). El diario de campo ayudó en la investigación a recolectar información en torno a las prácticas pre profesionales, durante las 3 semanas de aplicación de las actividades, registrando todo el proceso durante todo el día.

### **7.4.3 Ficha de observación**

La ficha de observación es un instrumento importante que accede al indagador a enfocarse de una manera más cuidadosa con el propósito del estudio de instigación, también, permite la recolección de datos para después analizarlos y obtener una información valiosa. Para Menchú, 2017, la ficha de observación es donde se deja anotado todo lo observado para tener una evidencia y constancia de lo que se está

realizando u observado, para posteriormente con la información que se obtiene realizar su respectivo análisis.

#### **7.4.4 Guía de preguntas**

En este instrumento se va detallado en el marco metodológico, se realizó para desarrollar preguntas a la docente con relación a la intervención e implementación educativa, basándonos con la reacción que obtuvieron los infantes al momento de realizar las actividades implementadas. Por medio, de este instrumento se recolectó información muy relevante para la aportación al grupo de estudio. Godinez (2013) establece que es un conjunto de preguntas previamente diseñadas para ser contestadas, para obtener respuesta de interés sobre un tema en específico.

#### **7.4.5 Entrevista a la docente**

La entrevista se considera como una de las técnicas más importante para poder conocer los criterios de la docente, con relación a nuestra implementación de actividades. Es decir, mediante esta técnica se pudo efectuar una perspectiva que nos permite identificar y detallar nuestras fortalezas y debilidades con relación al trabajo desarrollado. “La entrevista es una técnica de recogida de información, es una de las estrategias más utilizadas para los procesos de investigación, su objetivo es obtener información de forma oral y personalizada sobre acontecimientos, experiencias, opiniones de personas” sobre un tema de interés (Folgueiras Bertomeu, 2016)

### **7.5 Procedimiento para el análisis e interpretación de la información de la evaluación**

Al concluir el diseño y la aplicación de las herramientas de recolección de la información se sigue con lo el paso de identificación de técnicas e instrumentos para hacer la investigación de la información recolectada. Para esta situación, de la misma manera como se hizo en el diagnóstico, se usó el esquema de pasos que se van a hacer para una averiguación cualitativa llevando a cabo el proceso de estudio e interpretación de la información propuesto por Bisquerra (2009). Posteriormente, se muestra la investigación e interpretación de información de la evaluación.

### **7.6 Análisis e interpretación de información de la evaluación**

Para seguir con el análisis de la investigación se realizó una ruta de evaluación, que se logró

obtener información por medio de las herramientas aplicadas, para el realizar el desarrollo y análisis de evaluación.

### **7.6.1 Codificación del primer nivel**

Con base a los análisis de datos que se propusieron de Bisquerra, (2009) se desarrolló la codificación de primer nivel con relación a la clasificación implementada previamente. Por esta razón se le destinó un código al indicador y subcategorías, con el propósito de involucrar y facilitar el análisis principal de la información necesaria.



Tabla 15: Codificación de primer nivel

<b>Codificación del primer nivel</b>			
<b>Categoría:</b>	Evaluación de la implementación de la propuesta		
<b>Subcategorías</b>	Actividades	Rol de las practicantes	Educación alimentaria y nutricional
<b>Códigos</b>	<b>A</b>	<b>RP</b>	<b>EAN</b>
	Método juego trabajo.	Tono de voz.	Hábitos alimenticios.
	Recursos	TV	HA
	· Uso de material.		Textura, olor y sabor.
	· Aplicación.	Interacción con los infantes.	TOS
	MTRUMA	II	Seriación de tamaños de frutas de diferentes colores.
		Responsabilidad.	STFDC
	Diseño de la propuesta.	R	Seriación de tamaños de las frutas.
<b>Indicadores</b>			

	DP	Aspectos mejorables.	
	Aspectos mejorables.	AM	STF
	AM	Aspectos positivos	Alimentos para cualquier momento y que deben de consumir de vez en cuando.
	Aspectos positivos	AP	ACMCC
	AP		Diferencia de comida saludable y no saludable
			DCSNS

*Nota. Creación propia*

### 7.6.2 Codificación de segundo nivel

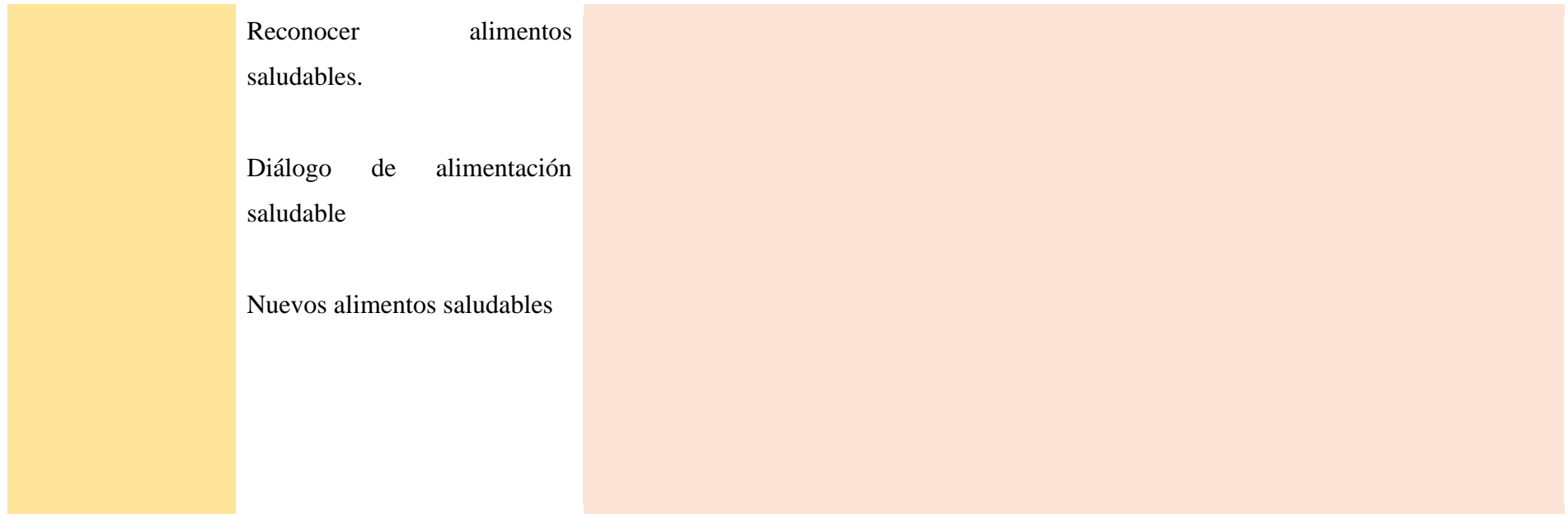
Después de haber realizado la densificación de los instrumentos, se procedió a desarrollar la codificación del segundo nivel.

Tabla 16: Codificación de segundo nivel

<b>Codificación de Segundo nivel</b>			
<b>Categoría</b>	Evaluación de la implementación de la propuesta		
<b>Subcategorías</b>	Actividades	Rol de las practicantes	Educación alimentaria y nutricional
<b>Códigos</b>	A	RP	EAN
	Método juego trabajo. Recursos	Tono de voz.	Hábitos alimenticios.
	Uso de material. Aplicación.	TV	HA
		Interacción con los infantes.	Textura, olor y sabor.
	MTRUMA	II	TOS
		Responsabilidad.	Seriación de tamaños de frutas de diferentes colores.

<b>Indicadores</b>	Diseño de la propuesta.		STFDC
		R	
			Seriación de tamaños de las frutas.
	DP	Aspectos mejorables.	
			STF
	Aspectos mejorables	AM	
		Alimentos para cualquier momento y que deben de consumir de vez en cuando.	
	AM		
Aspectos positivos	AP		
			ACMCC

	AP		Diferencia de comida saludable y no saludable
			DCSNS
<b>Categorías emergentes</b>			
<b>Subcategorías</b>	Orientación alimentaria	Actividades significativas/ aprendizaje	
	Conciencia de una buena alimentación	Actividades llamativas	
	Orientación alimentaria	Motivación y participación.	
	importancia de una buena alimentación	Cansancio por fichas de trabajo.	
		Actividades sin fichas	
<b>Categorías</b>	Actividades significativas / aprendizaje buenos hábitos	Disfrute de las actividades	



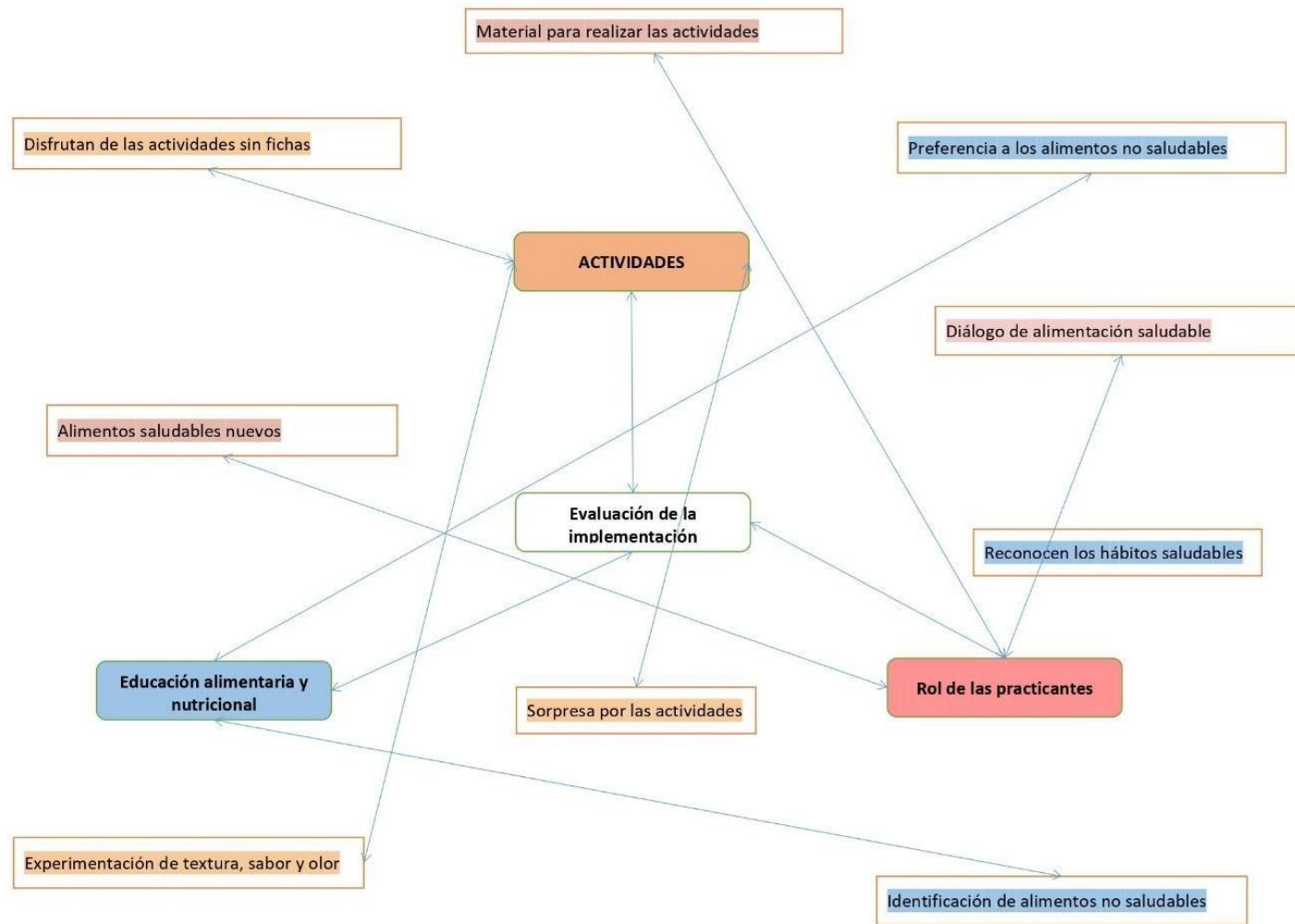
*Nota: Elaboración propia*

### **7.6.3 Red semántica**

En este proceso se desarrolló la red semántica de los instrumentos, la cual se evidencia por medio de una representación gráfica declarando una información relevante que se asocia a lo más valioso e importante.

#### **Red semántica de la Entrevista**

Ilustración 16: Red semántica de la entrevista



Nota: Elaboración propia

Por medio de esta red semántica se evidencia la información obtenida de la entrevista aplicada a la docente para la respectiva evaluación de la propuesta de intervención. Este instrumento se diseñó para aplicar a la maestra de las prácticas pre profesionales, por medio de ella se logró obtener información más fonda, para después interpretarla y analizarla. Por medio de ella se denomina la primera subcategoría actividades (A) se sintetizó la metodología empleada, los recursos didácticos se utilizaron al momento de la implementación de las actividades.

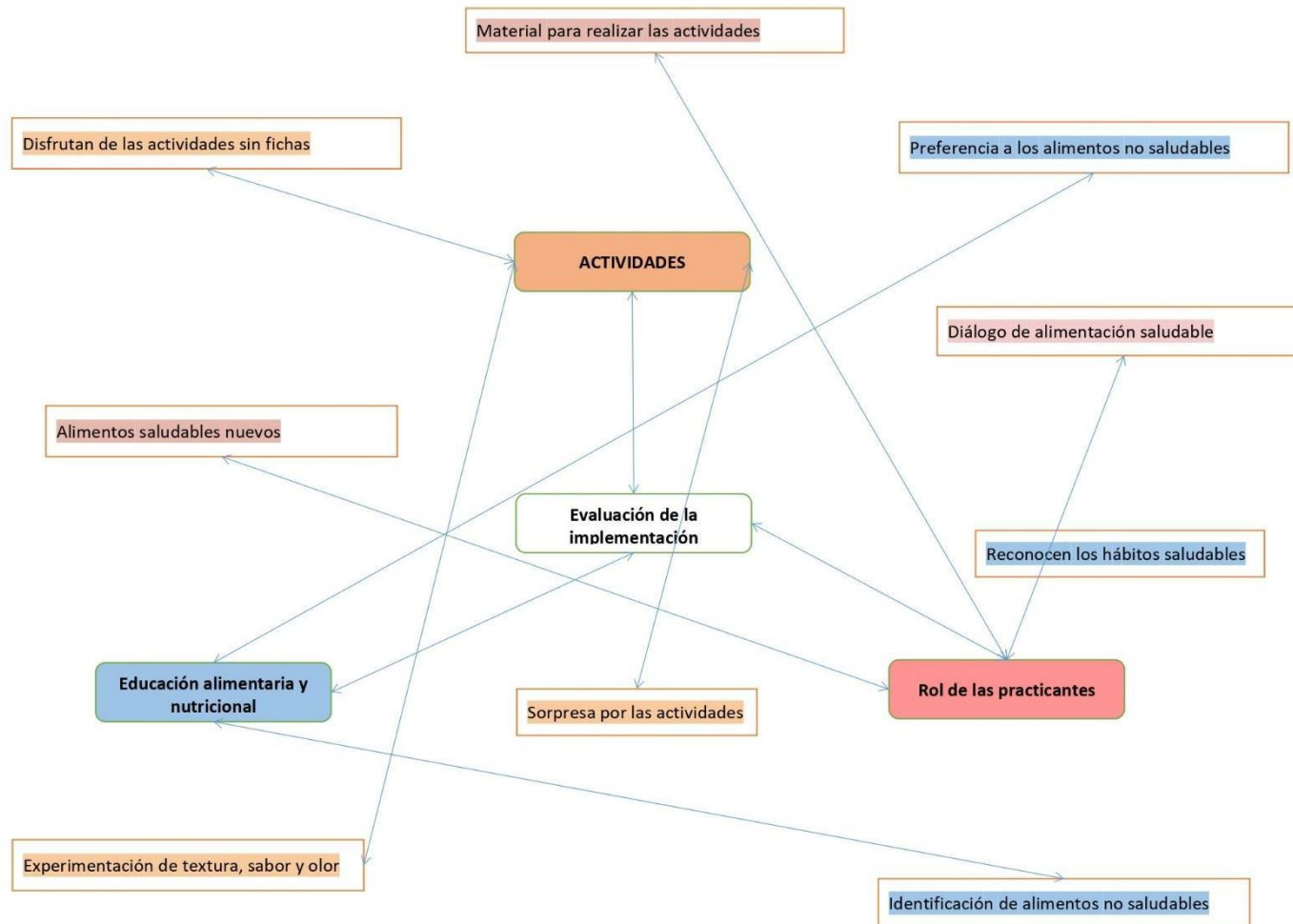
Además, en la segunda subcategoría determinada rol de las practicantes (RP) se alcanzó que las practicantes interactúen con los infantes al momento de realizar las actividades, siguiendo una secuencia motivadora y divertida, fomentando y desarrollando su creatividad e imaginación, a través de ya mencionado.

En la tercera subcategoría denominada educación alimentaria y nutricional (EAN) se involucró, los hábitos alimenticios, la seriación de los tamaños de las frutas que eran parte de las actividades impartidas. Por otra parte, se realizó un diálogo con los infantes para la construcción de conversaciones y oraciones, con relación al tema involucrado.

### **Diario de campo**



Ilustración 17: Red semántica del diario de campo



Nota: Elaboración propia

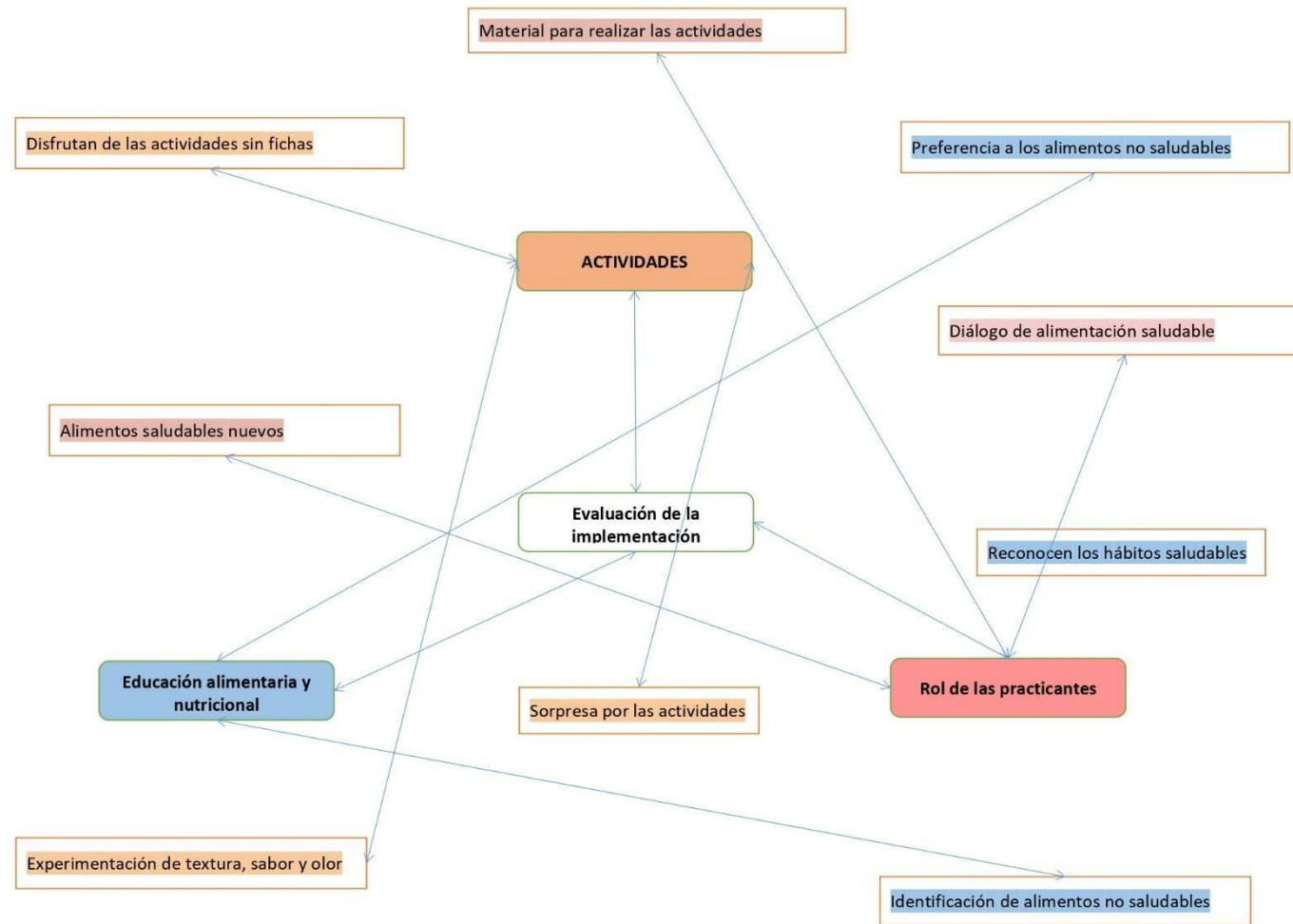
Para los diarios de campo se creó un formato para ir anotando los acontecimientos más importantes que se involucraron con los infantes, este instrumento fue aplicado en un lapso de tres semanas, ya que, nos ayudó para la recolección de la información más importante. Por ese motivo tenemos en la primera subcategoría las actividades (A) se utilizó diferentes materiales para la aplicación, asimismo, los materiales fueron didácticos e innovadores para los infantes. Por otra parte, el diseño de la propuesta fue acorde y se basó más en la metodología juego trabajo.

En la segunda subcategoría tenemos el rol de las practicantes (RP) se involucró, a través de una participación emotiva por parte de los niños y niñas, también, las actividades fueron del agrado de los niños y niñas. Se fomentó un diálogo con relación a la alimentación saludable y no saludable.

Finalmente, en la tercera subcategoría se determina educación alimentaria y nutricional (EAN) se desarrolló por medio el reconocimiento de los hábitos saludables y no saludables, y las actividades que les permita diferenciar los alimentos saludables.

### **Ficha de observación**

Ilustración 18: Red semántica de la ficha de observación



Nota: Elaboración propia

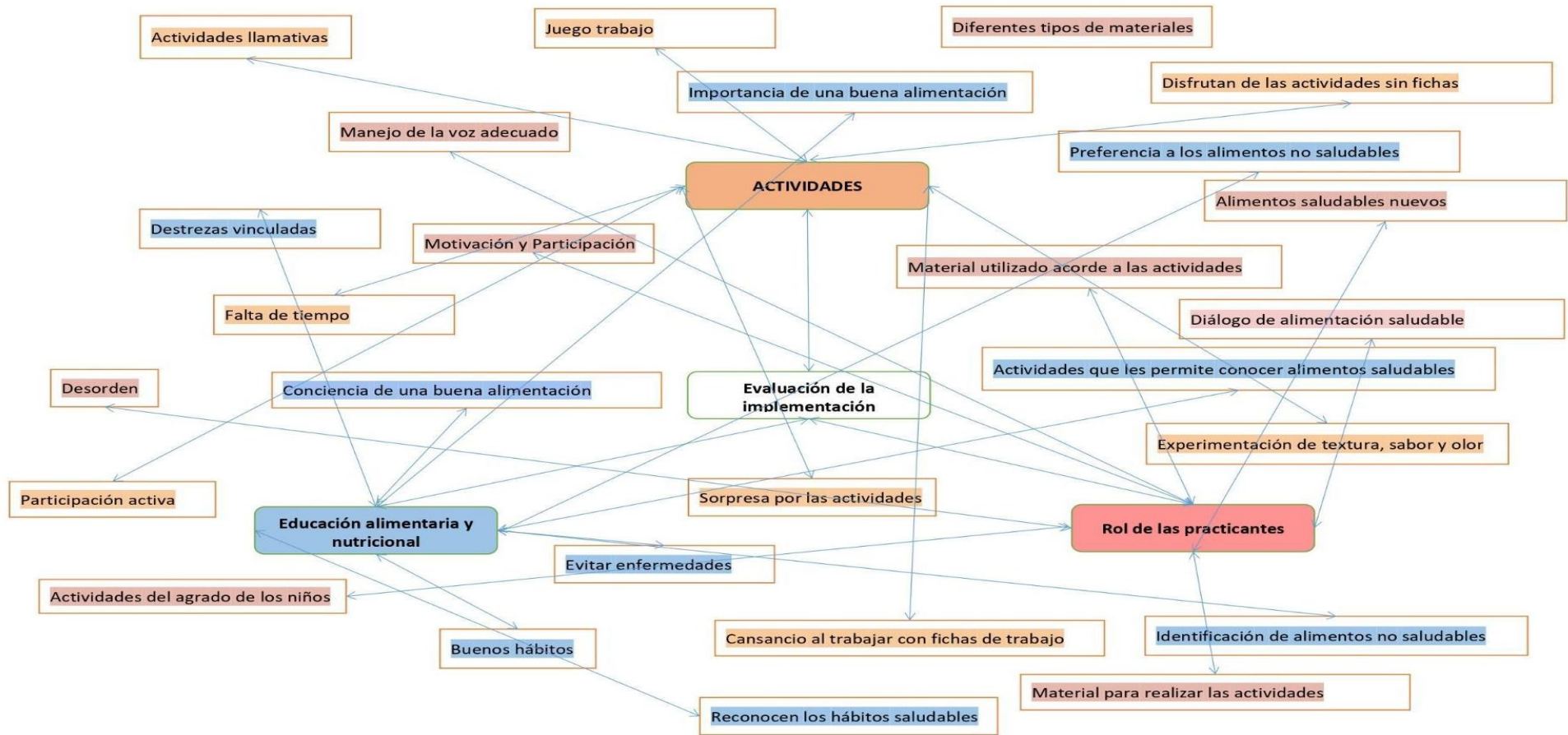
La ficha de observación estaba diseñada para la aplicación de tres semanas consecutivas, es decir, en los encuentros que se realizaban dos días por semana. Mediante esta información se logró obtener interpretaciones y análisis importantes. Asimismo, obtuvimos la primera subcategoría determinada actividades (A) se pudo manifestar que las actividades interactivas fueron acordes para los infantes, al mismo tiempo lograron contribuir con la educación alimentaria y nutricional.

Con relación a la segunda categoría determinada rol de las practicantes (RP) se pudo verificar que las practicantes realizaron las actividades acordes a la planificación establecida, también el tono de voz fue el adecuado al momento de dar las indicaciones de las actividades, por lo que les permitieron a los infantes a tener un acercamiento más profundo con las actividades.

Para finalizar en la última subcategoría determinada educación alimentaria y nutricional (EAN) se pudo deducir que las actividades facilitaron a los infantes al momento de trabajar, porque se obtuvo materiales motivadores, y los infantes tenían que ir manipulando su textura, color, olor y sobre todo pudieron ir saboreando. Asimismo, permitió a los infantes tener un aprendizaje significativo.

### **Red semántica general**

Ilustración 19: Red semántica general



Nota: Elaboración Propia

#### **7.6.4 Triangulación de la información de la fase diagnóstica**

Por medio de la entrevista aplicada, el diario de campo y finalmente, la ficha de observación, se logró que la implementación de las actividades, fueran llamativas y novedosas para los niños y niñas, se les involucró y se les permitió ser partícipes con relación a la educación alimentaria y nutricional. Además, los infantes pudieron tener un acercamiento más a fondo a la alimentación saludable y no saludable, por el simple hecho que ya logran diferenciar los alimentos por medio de las actividades impartidas.

Por medio de la entrevista, el diario de campo, la ficha de observación, se pudo verificar que el rol de las practicantes fue acorde a las necesidades de los infantes, por el simple hecho de cómo se dirigen hacia los infantes al momento de explicar las actividades. El rol docente se llega a involucrar por medio de las habilidades, competencias, para lograr analizar más a fondo una interacción entre estudiante y docente. Es importante utilizar una metodología al momento de desarrollar alguna actividad, también, el tiempo de la implementación de las actividades, debe de ser acorde a la necesidad de cada uno de los infantes.

La implementación de actividades con relación a la educación alimentaria y nutricional, resultó muy novedosa para los infantes, porque no estaban acostumbrados a utilizar diferentes recursos y materiales. Es decir, se permitió que la mayoría de los niños y niñas, sean partícipes en todas las actividades y que no se queden solamente observando sin poder realizarlas. También, se llegó a fomentar el compañerismo entre los infantes, al momento de la involucración de las actividades, para que puedan fortalecer y distinguir la buena y mala alimentación.

#### **7.6.5 Interpretación de los resultados de la fase diagnóstica**

Las actividades didácticas del cuadernillo denominado “Aprendo a comer sano” se adaptaron a los infantes por medio de diferentes contextos, al momento de utilizar los diversos materiales, se fomentó el trabajo colaborativo e individual, por lo que participaron y pudieron involucrarse afectuosamente al momento de desarrollar las actividades. Además, se llegó a fomentar los hábitos alimenticios en los infantes, creando un aprendizaje significativo mediante sus conocimientos previos, se espera que los conocimientos adquiridos sean transmitidos a las familias.

Basándonos en la implementación de la propuesta de intervención, se evidenció que las actividades didácticas del cuadernillo “Aprendo a comer sano” con relación a la seriación de

tamaños

de las frutas resultó muy novedosa y dinámica para los infantes. Pues al momento de realizar las actividades, los infantes iban experimentando nuevos acercamientos con relación al cuadernillo, las actividades que tienen relación a alimentación fueron aceptadas por los infantes, ya que, fueron nuevas, creativas, novedosas, no se utilizaron hojas de trabajo por ese motivo se vieron motivados a realizar las actividades, al utilizar material concreto el cual los infantes podían tocar les llamaba la atención.

La estructura de la planificación de las actividades tiene relación con la implementación de la propuesta, puesto que se utilizó materiales con vinculación a la alimentación y nutrición, en donde las actividades les fascinaron a los infantes, por el motivo que era algo nuevo para ellos. Después de aplicar todas las actividades se puede evidenciar que a los infantes les gusto mucho las actividades y generaron nuevos aprendizajes, no se puede tener resultados finales porque el tiempo de aplicación y evaluación fueron limitados.

## Capítulo VIII

### 8 Conclusiones y Recomendaciones

#### 8.1 Conclusiones

Finalmente, al haber terminado el proceso de indagación, se alcanzó obtener los fundamentales hallazgos con interacción a los objetivos de análisis. Tal cual, se decretó la problemática impartida, para el plan de averiguación. Posteriormente se evidencian las conclusiones que partieron de cada objetivo propuesto.

Basándonos en lo reflejado en el propósito general, se fomentó la educación alimentaria y nutricional en los infantes mediante la enseñanza-aprendizaje, por medio de la modalidad presencial, a través de las ocupaciones didácticas que verificaron las ventajas de una buena y mala ingesta de alimentos. La misma que se hizo en el cuadernillo denominado “Aprendo a comer sano”, con la colaboración y participación de la docente de aula.

Con interacción al primer objetivo específico, se fundamentó teóricamente la enseñanza alimentaria y nutricional en la enseñanza inicial, nos permitió conocer los puntos más relevantes con integración a la ingesta de alimentos, nutrición y las patologías que tienen la posibilidad de llegar a tener si no se practican buenos hábitos alimenticios y una buena ingesta de alimentos.

Con respecto al segundo objetivo específico, se valoró la enseñanza alimentaria y nutricional en el transcurso de aprendizaje de los niños, niñas. Se llevó por medio de la entrevista y las visualizaciones llevadas a cabo a sujetos claves, se obtuvo información fundamental, que la enseñanza alimentaria y nutricional en los infantes del conjunto 2 A se observó perjudicado por diversos componentes, ejemplificando: limitado tiempo para desarrollar las ocupaciones, falta de valoración e información con interacción al involucramiento de ingesta de alimentos y nutrición.

Asimismo, basándonos en el tercer objetivo específico, se crearon ocupaciones didácticas que fomenten la enseñanza alimentaria y nutricional en los infantes. Mediante la iniciativa de participación se tomó presente la teoría sobre el cuadernillo de ocupaciones didácticas. Además, terminó fundamental la idealización de todas las ocupaciones didácticas que tenía dentro el cuadernillo de ocupaciones didácticas.

Basándonos en la complejidad encontrada ha sido desarrollar escasas ocupaciones didácticas que completaran todos las ventajas y tipos de la ingesta de alimentos y nutrición. La



complejidad se sincronizó en especial con la era; o sea, se escogió solamente 6 ocupaciones didácticas, una vez que estaban destinadas a desarrollar 8.

Con respecto al cuarto objetivo específico, se desarrollaron las ocupaciones didácticas que fomenten la enseñanza alimentaria y nutricional en los infantes. Lo máspreciado de la utilización, ha sido centrar cada una de las ocupaciones didácticas en la ingesta de alimentos y nutrición en los infantes, por medio del valor y la socialización de su establecimiento. Además, ha sido fundamental producir espacios de relación entre compañeros, con la tutora pre profesional, a lo largo de los encuentros sincrónicos.

Finalmente, para concretar el quinto objetivo específico, se evaluó la colaboración de las ocupaciones didácticas que fomentaron la enseñanza alimentaria y nutricional en los infantes. Se recalca que por medio de las ocupaciones didácticas se hizo ayudar a la enseñanza alimentaria y nutricional. Se resaltó en el proceso de brindar el valor de alimentarse de forma correcta y ejecutar buenos hábitos alimenticios, usando su creatividad e imaginación, haciéndoles partícipes de la relación.

## **8.2 Recomendaciones**

En este apartado se evidenciaron las sugerencias con interacción a la averiguación, acorde a lo desarrollado y resultados obtenidos.

Se sugiere ofrecer persistencia a la indagación, con el primordial enfoque de la iniciativa de participación educativa, para conseguir la enseñanza alimentaria y nutricional en los infantes del subnivel 2. Integrando talleres, charlas con interacción a la ingesta de alimentos y nutrición, así como hacer ocupaciones con interacción al asunto ya dicho.

Mediante el valor del asunto para que todos los infantes tengan distintas formas de tener un acercamiento con interacción a los conocimientos y a las expresiones, se propone desarrollar y crear más averiguaciones que involucren abordar a partir de numerosas perspectivas la enseñanza alimentaria y nutricional.

Asimismo, se ofrece socializar el plan de averiguación, para que logre producir un efecto mediante diferentes entornos. Compartiendo los hallazgos prácticos y teóricos, que involucren la motivación y provoquen la conciencia sobre el valor de la enseñanza alimentaria y nutricional.

Podría ser fundamental hacer capacitaciones para los profesores y padres de familia con interacción a la ingesta de alimentos y nutrición,

para que obtengan un enfoque más claro y concreto basado en la enseñanza alimentaria y nutricional, para que ayude a los infantes a tener conductas positivas con interacción a la ingesta de alimentos contribuyendo a la modificación de esas menos favorables y correctas. Con el objetivo de obtener nuevos hábitos saludables que subsisten durante su historia.

## 9 Referencias Bibliográficas

- Abreu, J. L. (2012). Hipótesis, Método & Diseño de Investigación. [http://www.spentamexico.org/v7-n2/7\(2\)187-197.pdf](http://www.spentamexico.org/v7-n2/7(2)187-197.pdf)
- Albert, M. (2006). *La investigación educativa: claves teóricas*. McGrawHill. [https://www.academia.edu/27287685/La\\_Investigaci%C3%B3n\\_Educativa\\_Claves\\_Te%C3%B3ricas\\_Albert\\_G](https://www.academia.edu/27287685/La_Investigaci%C3%B3n_Educativa_Claves_Te%C3%B3ricas_Albert_G)
- Alvarado, L., & García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigación de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Reidora*, (5). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41011837011>
- American Cancer Society. (2018, 28 de febrero). ¿Qué es el mieloma múltiple? <https://www.cancer.org/que-es-mieloma-múltiple>
- Arandes, J. A. T. (2013). El análisis de contenido como herramienta de utilidad para la realización de una investigación descriptiva. Un ejemplo de aplicación práctica utilizado para conocer las investigaciones realizadas sobre la imagen de marca de España y el efecto país de origen. *Provincia*, (29), 135-173.
- AUSUBEL, D.P. (1963). *The psychology of meaningful verbal learning*. New York, Grune and Stratton
- Barrial, A. Barrial, A. (2011). *La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional*. Tesis de Licenciatura, Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz”] Dissertations & Theses A&I. <http://www.eumed.net/rev/cccss/16/bmbm.html>
- Beltrán, A, y Seinfeld, J. (2009). *Desnutrición Crónica Infantil en el Perú Un problema persistente* [Tesis de licenciatura, Universidad del Pacífico] Dissertations & Theses <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/123456789/1514>
- Bisquerra, R. (2009). *Metodología de la Investigación Educativa*. Madrid: Editorial La Muralla, S.A. [https://www.academia.edu/38170554/METODOLOG%C3%8DA\\_DE\\_LA\\_INVESTIGACION\\_EDUCATIVA\\_RAFAEL\\_BISQUERRA\\_pdf](https://www.academia.edu/38170554/METODOLOG%C3%8DA_DE_LA_INVESTIGACION_EDUCATIVA_RAFAEL_BISQUERRA_pdf)
- Campos Y Covarrubias, G., & Lule Martí-Nez, N. (2013). La Observación, Un Método Para

- El Estudio De La Realidad. *Xihmai*, 7(13), 45–60.  
<https://doi.org/10.37646/xihmai.v7i13.202>
- Chicaiza, M. Robayo, M, (2017). *La alimentación y el rendimiento escolar en niños de educación inicial Latacunga - Ecuador*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Cotopaxi ] Dissertations & Theses A&I.  
<http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/3891/1/T-UTC-0461.pdf>.
- Chimbaina, M. (2019). *Estado nutricional y alimentario en estudiantes de la escuela Remigio Crespo Toral de la parroquia Chorocopte-Cañar. Marzo 2019-octubre 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Cuenca] DissertatioMarzoheses A&I.  
<https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/8371>
- Clínica Alemana. (s.f.). Alimentación saludable para 4-5 años. *Portal Alemana*  
[https://portal.alemana.cl/wps/wcm/connect/Internet/Home/maternidad-y-familia/crianza/alimentacion\\_saludable\\_ninos\\_4\\_a\\_5\\_anos](https://portal.alemana.cl/wps/wcm/connect/Internet/Home/maternidad-y-familia/crianza/alimentacion_saludable_ninos_4_a_5_anos).
- Covarrubias, P. (2016). Propuesta metodológica para evaluar programas educativos. *RECIE. Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, 3(1),335-343.  
<https://mail.rediech.org/ojs/2017/index.php/recie/article/view/227>
- Codificación núm. 2002-100, Código de la Niñez y Adolescencia [CNA]. Registro Oficial, 2003-01-03, núm. 737. 17 de diciembre de 2002. (Ecuador)
- Cubero, J. Cañada, F. Costillo, E. Franco, L. Calderón, A. Santos, AL. Padez, C. Ruiz, C. (2012). La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. *Enfermería Global*, vol. 11, núm. 3, julio, 2012, pp. 337-345.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3658/365834796018.pdf>.
- Currículo de Educación Inicial, 2014. Ministerio de Educación. Ecuador.
- Montecristi, A. C. (2008). Constitución de la República del Ecuador  
Diseño Curricular para la Educación Inicial 2000. Secretaria de Educación. Argentina.
- Durán Agüero, S., Carrasco Piña, E., Araya Pérez, M. Alimentación y diabetes. *Nutrición Hospitalaria* [en línea]. 2012, 27(4), 1031-1036[fecha de Consulta 8 de febrero 2022]. ISSN: 0212-1611. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309226790010>
- Ejecutiva, F. (2021). Ley Orgánica de Educación Intercultural. *Segundo Suplemento del Registro Oficial*. Recuperado de [http://www. wipo.inti/docs/lexdocs/laws/es/ec/ec099es. pdf](http://www.wipo.inti/docs/lexdocs/laws/es/ec/ec099es.pdf).

- Elliott, J. (2005). *La investigación – acción en educación*. Sello Editorial Ediciones Morata, S. L.
- Folgueiras Bertomeu, P. (2016). La entrevista.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). Desnutrición Crónica Infantil: Uno de los mayores problemas de salud pública en Ecuador. UNICEF. Recuperado de <https://www.unicef.org/ecuador/desnutrici%C3%B3n-cr%C3%B3nica-infantil>
- Gobierno de Unidad Nacional. (2010, s.f.). Guía Metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición.  
<http://www.fao.org/3/am283s/am283s.pdf>.
- González, Carlos (2005). *Mi niño no me come*. Temas de Hoy, S.A. (T.H), 2nd ed.).
- González, E. M. B., & Ramos, M. H. A. (2011). *Guía pediátrica de la alimentación*. Dirección General de Salud Pública del Servicio Canario de la Salud.
- Godínez, V. L. (2013). Métodos, técnicas e instrumentos de investigación. Lima, Perú.
- Herdoíza, M. (2015). *Construyendo igualdad en la educación superior*  
[https://www.educacionsuperior.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2018/11/Construyendo-igualdad-en-la-educacion-superior\\_nov\\_2018.pdf](https://www.educacionsuperior.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2018/11/Construyendo-igualdad-en-la-educacion-superior_nov_2018.pdf)
- Hernández, R., Fernandez, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*.  
<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>
- Hurtado, S. (2012). Criterio de expertos. Su procesamiento a través del método Delphy [Mensaje en un blog]. Recuperado de  
[http://www.ub.edu/histodidactica/index.php%3Foption%3Dcom\\_content%26view%3Darticle%26id%3D21:criterio-de-expertos-su-procesamiento-a-través-del-metodo-delphy%26catid%3D11:metodologia-y-epistemologia%26Itemid%3D103](http://www.ub.edu/histodidactica/index.php%3Foption%3Dcom_content%26view%3Darticle%26id%3D21:criterio-de-expertos-su-procesamiento-a-través-del-metodo-delphy%26catid%3D11:metodologia-y-epistemologia%26Itemid%3D103)
- Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición [INAN]. (2018, 3 de marzo). Guía Alimentaria para niños de 5 años. [https://www.inan.gov.py/site/?page\\_id=60](https://www.inan.gov.py/site/?page_id=60)
- Latorre, A. (2005). *La investigación-acción Conocer y cambiar la práctica educativa*. Graó.  
<https://www.uv.mx/rmipe/files/2019/07/La-investigacion-accion-conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf>
- Lozano, L. (2015). *Proyecto Educativo para potenciar la alimentación sana en alumnos de*

- educación inicial (PEPAS)*. [Tesis de pregrado, Universidad Internacional de la Rioja] Dissertations & Theses A&I.  
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/2865>.
- Martínez, A. Pedron, C. (2016). Conceptos básicos en alimentación. Universidad Autónoma. Madrid, España. Archivo digital: <https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>.
- Maset, J. Cinfasalud. (2015, 10 de noviembre). Diabetes infantil
- Matute, D. Tixi, L. (2019). *Hábitos alimentarios y su influencia sobre el estado nutricional en escolares de la Unidad Educativa Particular Latinoamericano y Escuela de Educación Básica Manuela Cañizares, Cuenca 2018 - 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca] Dissertations & Theses A&I.  
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/32571>
- Mendoza, J., Y Garza, J. (2009). La medición en el proceso de investigación científica: Evaluación de validez de contenido y confiabilidad. *Innovaciones de Negocios*, 6(11), 17-32. <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/12508>
- Ministerio de Educación. (2010). Crecimiento y nutrición. Educación Inicial. MINEDUC. Ecuador. Recuperado de <https://educacion.gob.ec/crecimiento-y-nutricion/>
- Ministerio de Salud Pública. (2013). Lonchera saludable al alcance de todos los presupuestos – Ministerio de Salud Pública. Recuperado 2022, de <https://www.salud.gob.ec/lonchera-saludable-al-alcance-de-todos-los-presupuestos/>
- Ministerio de salud Publica. (2015). Ley Organica de Salud. [Ley 67] (Ecuador).Registro Oficial Suplemento 423 de 22-dic.-2006
- Ministerio de Educación. (2014). *Currículo Educación Inicial*. Ministerio de Educación del Ecuador. <https://n9.cl/2itc6>
- Ministerio del Poder Popular para la Alimentación. (2011). *Alimentación en el Nivel de Educación Inicial* (1.<sup>a</sup> ed.).  
<https://www.guao.org/sites/default/files/biblioteca/4.%20Alimentaci%C3%B3n%20Educa%C3%B3n%20Inicial.pdf>
- Menchu, N. (2017). Creación de 3 Fichas de Observación Para el Acompañamiento Pedagógico Dirigido a 10 Directores del Sector 08-03-10 del Municipio de San Francisco El Alto,

del departamento de Totonicapán. (Tesis Maestría). Guatemala.

Montesdeoca, G.(2019). *Malnutrición en niños menores de 5 años y su asociación con factores de riesgo. Chordeleg, 2017.* [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca]

Dissertations & Theses A&I.

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/32148>

Moreno, G. M. (2012). *Definición y clasificación de la obesidad. Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(2), 124-128.

Navarrete, M. (2015). *Aplicación de estrategias lúdico-didácticas en Educación Alimentaria Nutricional en preescolares del Jardín de infantes N 933 Jorge Newbery, del Partido General Pueyrredón.* [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Plata Facultad de Ciencias Médicas] Dissertations & Theses A&I.

[http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/51970/Documento\\_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/51970/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Orduz, A. (2018). *Educación alimentaria y nutricional como herramienta para ampliar los conocimientos alimentarios de los niños escolares de un colegio oficial de Usme, Bogotá.* [Tesis de Nutricionista Dietista, Pontificia Universidad Javeriana] Dissertations & Theses A&I.

[https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/34814/1\\_Trabajo\\_de\\_Grado.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/34814/1_Trabajo_de_Grado.pdf?sequence=3&isAllowed=y).

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación [FAO]. (2016, 5 de abril).

Alimentación:[https://www.fao.org/news/archive/news-by-date/2016/es/?page=14&ipp=10&tx\\_dynalist\\_pi1%5Bpar%5D=YToxOntzOjE6IkwiO3M6MToiMSI7fQ%3D%3D](https://www.fao.org/news/archive/news-by-date/2016/es/?page=14&ipp=10&tx_dynalist_pi1%5Bpar%5D=YToxOntzOjE6IkwiO3M6MToiMSI7fQ%3D%3D).

Organización Panamericana de la salud (2011). *Revista Panamericana de Salud Pública*, 30, 111-121. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/XIII-Reunion-IPCA-2011-Spa.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2017, 1 de abril). *Malnutrición.*

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

Obando, L. A. V. (1993). El diario de campo. *Revista Trabajo Social*, 18(39), 308-319.

Penalva, C., Alaminos, A., García, F. J. F., & Fernández, Ó. A. S. (2015). La investigación

cualitativa.

PYDLOs

Ediciones.

[https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/22374/1/LA\\_INVESTIGACION\\_CUALITATIVA%20para%20repositorio%20u.pdf](https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/22374/1/LA_INVESTIGACION_CUALITATIVA%20para%20repositorio%20u.pdf)

Perote, A. Polo, S. A. (2017). Nutrición y dietética en los estados fisiológicos en el ciclo vital. Dialnet. Unirioja, (s.f.)

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=698243>.

Pinto, J. & Carbajal Á. (2003). *La dieta equilibrada, prudente o saludable*. Madrid: Instituto de Salud Pública. Servicio de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud, 2003.

<http://hdl.handle.net/11162/43249>

Rekalde, Itziar, & Vizcarra, María Teresa, & Macazaga, Ana María (2014). La Observación Como Estrategia De Investigación Para Construir Contextos De Aprendizaje Y Fomentar Procesos Participativos. *Educación XX1*, 17 (1),201-220. [fecha de Consulta 15 de febrero de 2022]. ISSN: 1139-613X. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70629509009>

Rivera, M. (2007) La educación en nutrición, hacia una perspectiva social en México. *Revista Cubana de salud pública*, 33(1), 12.

Rizzo, T. Vera, I. (2016). *La nutrición infantil en la jornada escolar y su incidencia en los aprendizajes de los niños de inicial ii de la unidad educativa moderna, cantón milagro año lectivo 2015 – 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil] Dissertations & Theses A & I.

<http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/887/1/T-ULVR-0930.pdf>.

Salinas, A. (2016). *Estado nutricional de la infancia relacionado con la seguridad alimentaria, modelo de educación alimentaria, Pascuales 2016*. [Tesis de maestría,

Universidad de Guayaquil Facultad de ciencias Médicas] Dissertations & Theses A & I. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/42282>

Sánchez, S. (2020, 30 de abril). *Cuánto debe de comer un niño de edad preescolar*. Ser mamá.

Serafin, P. (2012, 1 de diciembre). Hábitos saludables para crecer sano y crecer con salud.

<https://fddocuments.ec/document/habitos-saludables-para-crecer-sanos-y-este-manual-tiene-como-objetivo-establecer.html>.

Suárez, R. Curvo, S. Rodríguez, C. García, I. (s.f.). Guía didáctica Taller de la alimentación saludable.



<http://www.programapipo.com/wp-content/uploads/2016/07/Gu%C3%ADa-Did%C3%A1ctica-PIPO-I.pdf>.

Stake, R. (2006). *Evaluación Comprensiva y evaluación basada en estándares*. España: GRAÓ.

Taylor, S. J., Bogdan, R., & Piatigorsky, J. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.

Valverde, L. (1993). El Diario de Campo. *Revista de Trabajo Social CCSS*, 18(1), 308–319.

<https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/v18n391993/art1.pdf>

Vallejo, M. (2012). *La desnutrición infantil* [Tesis de licenciatura, Universidad San Francisco de Quito] Dissertations & Theses A&I.

<http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/5492>

Vilchis, M. (2019). Cuadernillo de actividades. Una propuesta de material didáctico para el tercer grado de educación secundaria [Universidad Autónoma del Estado de México].

<https://bit.ly/3Dr2xM9>

Villares, J. M., & Segovia, M. G. (2015). Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatr Integral*, 19(4), 268-276.

De La Cruz Sánchez, Ernesto Elías. (2015). La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. *Paradigma*, 36(1), 161-183. Recuperado en 24 de julio de 2022, de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1011-22512015000100009&lng=es&tlng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000100009&lng=es&tlng=es).

Wisbaum, W. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2011). *La Desnutrición Infantil*. UNICEF. España

Zavaleta, N. (2017). Anemia infantil: retos y oportunidades al 2021. *Revista Peruana de Medicina Experimental y salud pública*, 34, 588-589.

## 10 Anexo

### Anexo 1 Validación de instrumentos

Ecuador, 8 de enero 2021

**Dra.**

**Presente**

Estimada Doctora, reciba un cordial saludo. Me permito solicitar su valiosa colaboración para la revisión de un instrumento que aplicaré en la investigación intitulada, *“Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador “*

Considerando su calidad, los méritos académicos y profesionales, usted ha sido seleccionada para llevar a cabo la validación del instrumento que corresponde al objetivo específico N.º 3 de la investigación.

Sus observaciones y recomendaciones serán un valioso aporte para desarrollar con mayor objetividad científica la recogida de los datos. El instrumento fue estructurado en función del objetivo, dimensiones e indicadores propuestos en la matriz de variables.

Sin otro particular, agradeciendo su mayor receptividad y colaboración, queda de usted.

**Atentamente**

**Investigadoras:**

Daniela Estefanía Montaleza Merchán

Mariela Alexandra Torres Vallejo

**Validación 1: María Acosta**

Apellido y nombre: María Fernanda Acosta

Cédula de Identidad: 1711582211

Institución donde trabaja: UNAE

Cargo que desempeña: Docente investigadora

Título de Pregrado: Licenciada en antropología

Institución: UPS

Título de Postgrado: Doctora en antropología (médica) Institución: Université Côte d'Azur

Título de Postgrado: Máster en Ciencias Sociales, mención Desarrollo local

Institución: FLACSO

**Firma:**



Firmado electrónicamente por:  
MARIA FERNANDA  
ACOSTA  
ALTAMIRANO

**Validación 2: Giovanna Rosado**

Apellido y nombre: Rosado Giovanna

Cédula de Identidad: 09215968678

Institución donde trabaja: Universidad Nacional de Educación

Cargo que desempeña: Docente-investigadora

Título de Pregrado: Graduada en Educación Infantil

Institución: Universitat de Barcelona

Título de Postgrado: Máster en Educación en Valores y Ciudadanía

Institución: Universitat de Barcelona

**Firma:**



Firmado electrónicamente por:  
**GIOVANNA ROSALIA  
ROSADO HOLGUIN**

**Anexo 2: Encuesta dirigido a los padres de familia del subnivel 2 de paralelo “A” de la jornada matutina, del CEI “Rita Chávez de Muñoz”**

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DEL SUBNIVEL 2 DEL PARALELO

“A” DE LA JORNADA MATUTINA, DEL CEI “RITA CHÁVEZ DE MUÑOZ”

Apreciado padre o madre de familia, agradezco su colaboración para responder a las siguientes preguntas. Por favor responda según su apreciación y experiencia sobre la temática. Sus respuestas serán valiosas y servirán para el diseño de una guía que estará basada en la investigación sobre “Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador. De antemano, Muchas gracias

**A continuación, se presentan una serie de afirmaciones o preguntas y responda con la opción que más se acerque a su percepción.**

**1. ¿Se siente competente para enseñar educación alimentaria y nutricional a su hijo/a porque usted mismo ha recibido instrucción acerca del tema?**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**2. ¿Su hijo/a recibe educación alimentaria y nutricional?**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**3. ¿ Recibe su hijo/a información sobre una alimentación adecuada?**

- a) Totalmente
- b) De acuerdo
- c) Neutral

- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**4. Reconoce su hijo/a los alimentos de origen animal y vegetal**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**5. ¿Piensa usted que es necesario los alimentos nutritivos ?**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**6. ¿Quién se encarga de la alimentación de su hijo/a?**

- a) Padres
- b) Familia extensa (abuelos, tíos, hermanos)
- c) Maestros de la escuela
- d) Comunidad (iglesia, amigos, medios de comunicación)

**7. ¿En qué momento debe iniciarse una buena alimentación y nutrición de su hijo/a?**

- a) Cuando tiene 6 años o más
- b) Cuando tiene más de 12 años
- c) Desde que nace
- d) Ninguna de las anteriores

**8. ¿Cree que su hijo/a reconoce el proceso de desarrollo de los beneficios de alimentarse correctamente?**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo

- e) Totalmente en desacuerdo
- 9. ¿Le ha enseñado a su hijo/a a reconocer los alimentos saludables?**
- a) Totalmente de acuerdo
  - b) De acuerdo
  - c) Neutral
  - d) En desacuerdo
  - e) Totalmente en desacuerdo
- 10. ¿Le enseña a su hijo/a sobre las semejanzas y diferencias entre los alimentos sanos y no saludables?**
- a) Totalmente de acuerdo
  - b) De acuerdo
  - c) Neutral
  - d) En desacuerdo
  - e) Totalmente en desacuerdo
- 11. ¿Padece su hijo/a alguna enfermedad crónica (de larga evolución) como diabetes, asma grave, cardiopatía congénita, enfermedad renal, entre otras?**
- a) Totalmente de acuerdo
  - b) De acuerdo
  - c) Neutral
  - d) En desacuerdo
  - e) Totalmente en desacuerdo
- 12. ¿Su hijo/a desayuna a diario**
- a) Totalmente de acuerdo
  - b) De acuerdo
  - c) Neutral
  - d) En desacuerdo
  - e) Totalmente en desacuerdo
- 13. ¿Con qué frecuencia su hijo/a come, varias veces a la semana, golosinas y refrescos?**
- a) Siempre
  - b) A veces
  - c) Muy pocas veces

**14. Su hijo/ a identifica los alimentos que debe de ingerir en pequeñas cantidades?**

- a) Totalmente de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) Neutral
- d) En desacuerdo
- e) Totalmente en desacuerdo

**INSTRUMENTO PARA LA VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO**

CRITERIOS	APRECIACIÓN CUALITATIVA			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento				
Claridad en la redacción de los ítems				
Pertinencia de las categorías con los indicadores				
Relevancia del contenido				
Factibilidad de la aplicación				

**Apreciación Cualitativa:**

---



---



---

**Observaciones:**

---



---



---

**Validado por:**



C.I. \_\_\_\_\_ Profesión: \_\_\_\_\_

Lugar de Trabajo: \_\_\_\_\_

Cargo que desempeña: \_\_\_\_\_

**VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

ITEM	ESCALA				OBSERVACIONES
	DEJAR	MODIFICAR	ELIMINAR	INCLUIR	
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					

### Anexo 3: Formato ficha de observación

FECHA DE OBSERVACION EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL												
NOMBRE:		María Torres - Daniela Montaleza		Aplicación:		20 niños/as		Edad:		4 a 5 años		
Indicadores:				Duración:								
Es Iniciado EP= En Proceso A=Adquirido Actividades aplicadas												
LAVADO DE MANOS ANTES DE CONSUMIR UN ALIMENTO		CEPILLADO DE DIENTES DESPUES DE CADA COMIDA		IDENTIFICA ALIMENTOS PARA CUALQUIER MOMENTO Y QUE SOLO DEBERN CONSUMIR DE VEZ EN CUANDO		DIFERENCIA LAS VERDURAS Y LAS FRUJAS		DIFERENCIA DE DONDE VIENE LA COMIDA		RECONOCE CUAL ES LA POSICION ABSOLUDA		
ASOCIAR UN PLATO CON INGREDIENTES VARIADOS Y COORDINOS CON LA BUENA SALUD		IDENTIFICA EL ORIGEN DE LOS ALIMENTOS		RECONOCE LA DIFERENCIA ENTRE SENTIRSE SATISFECHOS Y LLENOS								
Nombres	EP	A	OBSERVACIONES	EP	A	OBSERVACIONES	EP	A	OBSERVACIONES	EP	A	OBSERVACIONES
Arturo Astudillo												
Christopher Falcon												
Ethan Ortega												
Emiliano Jdaz												
Florella Forjas												
Ian Javier												
Isaac Rodriguez												
Jeymi Maldonado												
John Moroccho												
Kahony Pesantez												
Kereth Camacho												
Kery Lala												
Maria Elena Bravo												
Maria Jose Bravo												
Paulo Andrés												
Paulo Velez												
Ruth Dominguez												
Sebastian Pizarro												
Sebastian Zamba												
Victoria Torres												
TOTAL												

#### **Anexo 4: Formato entrevista dirigido a la docente**

##### **ENTREVISTA DIRIGIDA A LA DOCENTE DEL SUB NIVEL 2 PARALELO “A” DEL CEI “RITA CHÁVEZ DE MUÑOZ”**

Estimada docente, agradezco su colaboración para responder a las siguientes preguntas. Por favor responda según su apreciación y experiencia sobre la temática. Sus respuestas serán valiosas y servirán para el diseño de una guía didáctica sobre la Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del CEI Rita Chávez de Muñoz Cuenca - Ecuador. De antemano, Muchas gracias.

A continuación, se presentan una serie de preguntas respondiendo con la opción que más se acerque a su percepción.

1. ¿Cómo define la educación alimentaria y nutricional?
2. ¿Utiliza técnicas que ayuden al infante a distinguir una alimentación saludable?
3. ¿Qué actividades realiza para fortalecer la educación alimentaria y nutricional?
4. ¿Cuántos días a la semana trabaja el fortalecimiento de una buena alimentación?
5. ¿Los infantes como distinguen una buena y mala alimentación?
6. ¿Al momento del receso los infantes con qué frecuencia consumen dulces y bebidas azucaradas?
7. ¿Qué tipos de alimentos consume el infante?
8. ¿Cuántos vasos de agua debe de consumir un infante?
9. ¿Usted sabe qué alimentos proporcionan mayor cantidad de agua?
10. ¿A partir de qué actividades realiza para enseñar a los infantes sobre la educación alimentaria y nutricional?
11. ¿Ha notado usted si los infantes se alimentan de comida chatarra?
12. ¿Considera necesario promover la educación alimentaria y nutricional en el aula de clases? ¿Por qué?
13. ¿Cree usted que es necesario la implantación de un proyecto sobre educación alimentaria y nutricional?
14. ¿Con qué frecuencia recibe información sobre nutrición para niños de 4 a 5?
15. ¿Considera que es necesario capacitar sobre alimentación y nutrición?
16. ¿Con qué frecuencia realiza la institución charlas sobre la alimentación y nutrición?

**17. ¿Padecen de alguna enfermedad los infantes?**

**INSTRUMENTO PARA LA VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO**

CRITERIOS	APRECIACIÓN CUALITATIVA			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
Presentación del instrumento				
Claridad en la redacción de los ítems				
Pertinencia de las categorías con los indicadores				
Relevancia del contenido				
Factibilidad de la aplicación				

**Apreciación Cualitativa:**

---



---



---

**Observaciones:**

---



---



---

**Validado por:**

**C.I.** \_\_\_\_\_ **Profesión:** \_\_\_\_\_

**Lugar de Trabajo:** \_\_\_\_\_

**Cargo que desempeña:** \_\_\_\_\_

**VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**

ITEM	ESCALA				OBSERVACIONES
	DEJAR	MODIFICAR	ELIMINAR	INCLUIR	
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

## Anexo 5: Formato diario de campo

Universidad Nacional de Educación  
Carrera de Educación Inicial

### REGISTRO DE EXPERIENCIAS DIARIAS

Título del TIC / Eje de aprendizaje del EC:

Pareja pedagógica:

Institución de prácticas:

Nivel: Inicial

Subnivel: 2

Grupo: X a X años

Tutor profesional: |

Paralelo: A/B/C/D

FECHA	TIEMPO UTILIZADO	PARTICIPANTES docentes niños: varones/ mujeres practicantes	ACTIVIDADES DESARROLLADAS/ ESTRATEGIAS APLICADAS	RECURSOS Y MATERIALES UTILIZADOS	INTERVENCIÓN DE LA FAMILIA	OBSERVACIONES
DÍA 1						
DÍA 2						
DÍA 3						

## Anexo 6: Matriz semanal

Universidad Nacional de Educación  
Carrera de Educación Inicial

### SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS

Título del TIC / Eje de aprendizaje del EC:

Pareja pedagógica:

Institución de prácticas:

Nivel: Inicial

Subnivel: 2

Grupo: X a X años

Tutor profesional:

Paralelo: A/B/C/D

EJES DE SISTEMATIZACIÓN (categorías de la Investigación)	SEMANA	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	PARTICIPANTES	RESULTADOS ALCANZADOS EN RELACIÓN A SU TIC/EC	CONTEXTO	OBSERVACIONES
	1						
	2						
	3						

## **Anexo 7: Formato consentimiento informado a padres de familia**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARENTAL– INFORMACIÓN AL PARTICIPANTE**

Antes de proceder a la firma de este consentimiento informado, lea atentamente la información que a continuación se le facilita y haga las preguntas que considere oportunas.

**Título del proyecto:** *Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador*

Este formulario de consentimiento informado es para padres de niños/as que asisten al CEI “Rita Chavez de Muñoz”, a quienes informamos de la posibilidad de que sus hijos participen en el proyecto que tiene como objetivo *“Fomentar la educación alimentaria y nutricional con actividades didácticas en infantes del subnivel Inicial 2, del Centro de Educación Inicial “Rita Chávez de Muñoz” Cuenca - Ecuador”*.

#### **Riesgos de la investigación para el participante:**

No existen riesgos ni contraindicaciones conocidas asociados a esta intervención y , por lo tanto, no se anticipa la posibilidad de que aparezca ningún efecto negativo para el participante.

#### **Derecho explícito de la persona a retirarse del estudio.**

Su decisión de que su niño/a participe en este proyecto es completamente voluntaria. Es su decisión el que su niño/a participe o no. Usted puede también cambiar su decisión más tarde y dejar de participar, sin dar explicaciones y sin que esto repercuta en usted o su niño de ninguna forma.

#### **Garantías de confidencialidad**

La información que recolectamos para este proyecto se mantendrá confidencial. Cualquier información sobre su niño/a se le asignará un número de identificación en vez de su nombre. La información obtenida se utilizará exclusivamente para fines académicos específicos.

Si requiere información adicional, se puede poner en contacto con:

· Daniela Estefanía Montaleza Merchán, con C.I. 0105974851, en el teléfono 0978798841 o en el correo electrónico demontaleza@unae.edu.ec

· Mariela Alexandra Torres Vallejo, con C.I. 0106140825 , en el teléfono 0985139407 o en el correo electrónico matorres2@unae.edu.ec

#### **Manejo de fotografías y videos**

Las fotografías y videos recolectados en el proceso se usarán exclusivamente para fines académicos y no será transmitida o publicada.



**Anexo 8: Formato consentimiento informado**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO – CONSENTIMIENTO POR ESCRITO DEL PARTICIPANTE**

Yo (Nombre y Apellidos): ..... con CI....., he leído el documento informativo que acompaña a este consentimiento (Información al Participante) y declaro que autorizo la participación de mi hijo/hija o representado \_\_\_\_\_ (Nombres y apellidos del niño/a) a participar voluntariamente en el proyecto de *“Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca - Ecuador”*

Permito el uso de la información recogida por parte de los practicantes encargados de Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador, sabiendo que toda la información recogida sé mantendrá reservada y es confidencial y que solo se utilizará para los fines académicos específicos.

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado.

Consiento voluntariamente participar en este proyecto y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin dar explicaciones y sin que exista ninguna repercusión.

\_\_\_\_\_

**Firma del participante**

**(o representante legal en su caso)**

**Nombre y apellidos:** .....

**Fecha:** .....

\_\_\_\_\_

**Firma del Practicante Profesional**

**Informador**

**Daniela Estefanía Montaleza Merchán**

\_\_\_\_\_

**Firma del Practicante Profesional**

**Informador**

**Mariela Alexandra Torres Vallejo**

**Fecha:** .....

**Fecha:** .....

## Anexo 9: Formato consentimiento informado para la docente

### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA DOCENTE – INFORMACIÓN AL PARTICIPANTE

Antes de proceder a la firma de este consentimiento informado, lea atentamente la información que a continuación se le facilita y haga las preguntas que considere oportunas.

**Título del proyecto:** *Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del "CEI Rita Chávez de Muñoz" Cuenca -Ecuador*

Este formulario de consentimiento informado es para padres de niños/as que asisten al CEI "Rita ~~Chavez~~ de Muñoz", a quienes informamos de la posibilidad de que sus alumnos participen en el proyecto que tiene como objetivo "Fomentar la educación alimentaria y nutricional con actividades didácticas en infantes del subnivel Inicial 2, del Centro de Educación Inicial "Rita Chávez de Muñoz" Cuenca - Ecuador".

#### Riesgos de la investigación para el participante:

No existen riesgos ni contraindicaciones conocidas asociados a esta intervención y, por tanto, no se anticipa la posibilidad de que aparezca ningún efecto negativo para el participante.

#### Derecho explícito de la persona a retirarse del estudio.

Su decisión es suya si participa en este proyecto es completamente voluntaria. Es su decisión el que participe o no. Usted puede también cambiar su decisión más tarde y dejar de participar, sin dar explicaciones y sin que esto repercuta en usted de ninguna forma.

#### Garantías de confidencialidad

La información que recolectamos para este proyecto se mantendrá confidencial. Cualquier información sobre su participación se le asignará un número de identificación en vez de su nombre. La información obtenida se utilizará exclusivamente para fines académicos específicos.

Si requiere información adicional, se puede poner en contacto con:

- Daniela Estefanía Montaleza ~~Merchán~~, con C.I. 0105974851, en el teléfono 0978798841 o en el correo electrónico demontaleza@unae.edu.ec
- Mariela Alexandra Torres ~~Vallejo~~, con C.I. 0106140825, en el teléfono 0985139407 o en el correo electrónico matorres2@unae.edu.ec

#### Manejo de fotografías y videos

Las fotografías y videos recolectados en el proceso se emplearán exclusivamente para fines académicos y no será transmitida o publicada.

**CONSENTIMIENTO INFORMADO – CONSENTIMIENTO POR ESCRITO DEL PARTICIPANTE**

Yo (Nombre y Apellidos): .....con  
 CI....., he leído el documento informativo que acompaña a este consentimiento (Información al Participante) y declaro que autorizo mi participación \_\_\_\_\_ ( Nombres y apellidos del docente) a participar voluntariamente en el proyecto de *“Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador”*

Permiso el uso de la información recogida por parte de los practicantes encargados de Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca -Ecuador, sabiendo que toda la información recogida se mantendrá reservada y es confidencial y que sólo se utilizará para los fines académicos específicos.

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado. Consiento voluntariamente participar en este proyecto y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin dar explicaciones y sin que exista ninguna repercusión.

**Firmas del participante**

Nombre y apellidos: .....

Fecha: .....

\_\_\_\_\_  
 Firma del Practicante Profesional

Informador

Daniela Estefanía Montaleza Merchán

Fecha: .....

\_\_\_\_\_  
 Firma del Practicante Profesional

Informador|

Mariela Alexandra Torres Vallejo

Fecha: .....

## Anexo 10: Consentimiento informado para la práctica pre profesional Mariela Torres



### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA REALIZACIÓN DE PRÁCTICAS PREPROFESIONALES Y PRÁCTICAS DE SERVICIO COMUNITARIO, EN LAS MODALIDADES PRESENCIAL, SEMIPRESENCIAL E HÍBRIDA

Azogues, 18 de octubre de 2021

#### 1. DATOS INFORMATIVOS:



1.1. Apellidos y nombres: Mariela Alexandra Torres Vallejo	
1.2. Carrera: Educación Inicial	1.3. Itinerario: NA
1.4. Ciclo: octavo	1.5. Paralelo: 3

**2. OBJETIVO.** Ejecución de la práctica preprofesional (PP) y prácticas de servicio comunitario (PSC) en las modalidades presencial, semipresencial e híbrida, de forma voluntaria, en las instituciones que cuentan con la autorización para impartir clase en las modalidades mencionadas.

#### 3. DECLARACIÓN DEL ESTUDIANTE

Yo, Mariela Alexandra Torres Vallejo, a nombre personal, por mi propia voluntad y sin ningún tipo de cohesión personal, declaro que se me ha explicado de una manera amplia y satisfactoria, y he entendido de una forma total y completa, la naturaleza y propósito de las PP y PSC en la carrera que estoy cursando en la UNAE.

De igual forma se me ha comunicado y explicado a plenitud y con lenguaje enteramente lógico y comprensible los posibles riesgos, complicaciones que podrían presentarse como consecuencia de la situación de emergencia sanitaria a nivel mundial durante las PP y PSC de servicio comunitario de forma presencial, semipresencial e híbrida.

Declaro que me he vacunado con las dos dosis requeridas y recomendadas por el Ministerio de Salud Pública como parte del proceso de vacunación para prevenir el contagio y complicaciones causadas por la covid-19 y que es requisito indispensable para disminuir los riesgos de gravedad por contagio ocurrido antes o durante las PP y PSC, en las modalidades planteadas.

Declaro que me han explicado y he entendido completamente que existe la posibilidad de que podría sufrir o transmitir el contagio y desarrollar cualquier complicación propia de la enfermedad causada por el covid-19 mientras realizo las PP y PSC en las instituciones educativas asignadas para este efecto, al realizarlas de forma presencial, semipresencial o híbrida y que, en caso de gastos médicos que surjan deberán ser gestionados a través del seguro estudiantil vigente contratado por la Universidad Nacional de Educación, hasta los montos establecidos.

Luego de lo antes declarado, en pleno uso de mis condiciones mentales, siendo total y enteramente responsable de haber conocido y entendido todo lo antes expuesto, por mi propia y absoluta voluntad sin obligación ni coerción, de ninguna naturaleza y asumiendo personalmente esta decisión, manifiesto mi disposición para realizar las PP y PSC en la modalidad semipresencial, presencial o híbrida, en las instituciones educativas asignadas por la Universidad Nacional de Educación para este fin y en caso de sufrir algún contagio o afección a mi salud física y psicológica queda en mi entera responsabilidad mi integridad.

Para constancia suscribo.

Atentamente,

Firma:



## Anexo 11: Consentimiento informado para la práctica pre profesional Daniela Montaleza



### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA REALIZACIÓN DE PRÁCTICAS PREPROFESIONALES Y PRÁCTICAS DE SERVICIO COMUNITARIO, EN LAS MODALIDADES PRESENCIAL, SEMIPRESENCIAL E HÍBRIDA

Azogues, 18 de octubre de 2021

#### 1. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. Apellidos y nombres: Daniela Estefanía Montaleza Merchán	
1.2. Carrera: Educación Inicial	1.3. Itinerario: NA
1.4. Ciclo: octavo	1.5. Paralelo: 3

2. **OBJETIVO.** Ejecución de la práctica preprofesional (PP) y prácticas de servicio comunitario (PSC) en las modalidades presencial, semipresencial e híbrida, de forma voluntaria, en las instituciones que cuentan con la autorización para impartir clase en las modalidades mencionadas.

#### 3. DECLARACIÓN DEL ESTUDIANTE

Yo, Daniela Estefanía Montaleza Merchán, a nombre personal, por mi propia voluntad y sin ningún tipo de cohesión personal, declaro que se me ha explicado de una manera amplia y satisfactoria, y he entendido de una forma total y completa, la naturaleza y propósito de las PP y PSC en la carrera que estoy cursando en la UNAE.

De igual forma se me ha comunicado y explicado a plenitud y con lenguaje enteramente lógico y comprensible los posibles riesgos, complicaciones que podrían presentarse como consecuencia de la situación de emergencia sanitaria a nivel mundial durante las PP y PSC de servicio comunitario de forma presencial, semipresencial e híbrida.

Declaro que me he vacunado con las dos dosis requeridas y recomendadas por el Ministerio de Salud Pública como parte del proceso de vacunación para prevenir el contagio y complicaciones causadas por la covid-19 y que es requisito indispensable para disminuir los riesgos de gravedad por contagio ocurrido antes o durante las PP y PSC, en las modalidades planteadas.

Declaro que me han explicado y he entendido completamente que existe la posibilidad de que podría sufrir o transmitir el contagio y desarrollar cualquier complicación propia de la enfermedad causada por el covid-19 mientras realizo las PP y PSC en las instituciones educativas asignadas para este efecto, al realizarlas de forma presencial, semipresencial o híbrida y que, en caso de gastos médicos que surjan deberán ser gestionados a través del seguro estudiantil vigente contratado por la Universidad Nacional de Educación, hasta los montos establecidos.

Luego de lo antes declarado, en pleno uso de mis condiciones mentales, siendo total y enteramente responsable de haber conocido y entendido todo lo antes expuesto, por mi propia y absoluta voluntad sin obligación ni coerción, de ninguna naturaleza y asumiendo personalmente esta decisión, manifiesto mi disposición para realizar las PP y PSC en la modalidad semipresencial, presencial o híbrida, en las instituciones educativas asignadas por la Universidad Nacional de Educación para este fin y en caso de sufrir algún contagio o afección a mi salud física y psicológica queda en mi entera responsabilidad mi integridad.

Para constancia suscribo.

Atentamente,

Firma: 

## Anexo 12: Formato consentimiento de fotos



### Carta de autorización para publicación de trabajos, videos o fotografías del estudiante de la Unidad Educativa \_\_\_\_\_

Estimado padre/madre o representante legal:

Me dirijo a usted para solicitar su autorización para que los practicantes de la Universidad Nacional de Educación (UNAE), de la carrera de Educación Inicial, ciclo octavo, paralelo 2, que realizan sus prácticas preprofesionales en el CEI \_\_\_\_\_ tomen fotografías (\_\_\_\_) - videos (\_\_\_\_) de su niño/a dentro del aula así como también durante las actividades escolares, únicamente con fines educativos y de investigación.

Si da su autorización, la UNAE podría publicar con fines académicos y de investigación en diversos formatos las fotografías, videos, muestras del trabajo que haya realizado su niño/a. Las publicaciones podrían ser: boletines (en línea y forma impresa), Internet, sitios web intranet, revistas, periódicos locales y en el Repositorio de la Biblioteca de la UNAE

Al firmar el presente consentimiento usted estaría de acuerdo con lo siguiente:

1. Se puede reproducir la fotografía de su niño/a ya sea en color o en blanco y negro.
2. La UNAE no usará los videos o fotografías para ningún fin que no sea la educación de los practicantes, la promoción general de la educación pública o de la UNAE, en los trabajos realizados en las prácticas preprofesionales y de investigación es decir, no lo utilizará con fines comerciales y publicitarios.
3. Todas las fotografías tomadas se conservarán sólo por el tiempo que sea necesario para los fines anteriormente mencionados y serán guardadas y desechadas en forma segura.
4. La UNAE actuará con la normativa ecuatoriana vigente relacionada a protección de derechos de niños, niñas y adolescentes.
5. La UNAE puede garantizar que no se le podrá identificar por su fotografía o trabajo al niño/a.
6. Aún en los casos permitidos por la ley, no se podrá utilizar públicamente la imagen de un adolescente mayor de quince años, sin su autorización expresa; ni la de un niño/a o adolescente menor de dicha edad, sin la autorización de su representante legal, quien sólo la dará si no lesiona los derechos de su representado.

Si está de acuerdo en permitir que los estudiantes de la UNAE tomen fotografías - videos de su niño/a y las publique de la manera detallada anteriormente, sírvase completar el formulario de consentimiento y devuélvalo a la escuela antes del 26/octubre/2020.

Este consentimiento, si está firmado, estará vigente hasta el momento que usted informe a la escuela de lo contrario.

#### Formulario de Consentimiento para Publicación de Trabajos o Fotografías del Alumno

De conformidad a lo dispuesto en el inciso final del articulado 52 del Código de la Niñez y Adolescencia, estoy de acuerdo, sujeto a las condiciones establecidas antes expuestas, en que se tomen fotografías o videos de mi representado durante actividades escolares, para ser usadas por la UNAE en la educación de los alumnos y promoción de la UNAE y educación pública. Así mismo estoy de acuerdo en la publicación de fotografías y muestras de trabajos de mi niño/a. Por lo que no exigiré retribución alguna por su uso.

Comunicaré a la UNAE si decido retirar esta autorización.

Nombre del/la estudiante:.....

Nombre completo padre/madre/representante legal:.....

Cedula de ciudadanía:.....

Firma del padre/madre/representante legal: .....

Fecha:.....

## Anexo 13: Imágenes de aplicación de la propuesta

### Día 1



### Día 2



**Día 3**



**Día 4**





**Día 5**



**Día 6**



## Anexo 14: Cláusula de propiedad intelectual Daniela Estefanía Montaleza Merchán



### CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Certificado para Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial

---

Carrera de: Educación Inicial |

Yo, Daniela Estefanía Montaleza Merchán, autora del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial "Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del "CEI Rita Chávez de Muñoz" Cuenca - Ecuador", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Azogues, 19 de septiembre de 2022



Daniela Estefanía Montaleza Merchán

C.I: 010597485-1 |

## Anexo 15: Cláusula de propiedad intelectual Mariela Alexandra Torres Vallejo



### CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Certificado para Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial

Carrera de: Educación Inicial

Yo, Mariela Alexandra Torres Vallejo autor del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial “Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Azogues, 19 de septiembre de 2022



Mariela Alexandra Torres Vallejo

C.I. 0106140825

## Anexo 16: Cláusula de licencia autorización para publicación repositorio institucional Daniela Estefanía Montaleza Merchán



### CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Certificado para Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial

---

Carrera de: Educación Inicial |

Yo, Daniela Estefanía Montaleza Merchán, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial "Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del "CEI Rita Chávez de Muñoz" Cuenca -Ecuador", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad Nacional de Educación UNAE una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad Nacional de Educación UNAE para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, 19 de septiembre de 2022

  
Daniela Estefanía Montaleza Merchán

C.I: 010597485-1

**Anexo 17: Clausula de licencia autorización para publicación repositorio institucional  
Mariela Alexandra Torres Vallejo**



**CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA  
PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

Certificado para Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial

Carrera de: Educación Inicial

Yo, Mariela Alexandra Torres Vallejo, en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial “Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad Nacional de Educación UNAE una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad Nacional de Educación UNAE para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, 19 de septiembre de 2022



Mariela Alexandra Torres Vallejo

C.I 0106140825

## Anexo 18: Certificado del turnitin



### CERTIFICADO DEL TUTOR

Certificado para Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial

---

Carrera de: Educación Inicial

Yo, María Fernanda Acosta Altamirano, tutora del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial denominado “Educación Alimentaria y Nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca-Ecuador” perteneciente a los estudiantes: Daniela Estefanía Montaleza Merchán con C.I. 0105974851, y Mariela Alexandra Torres Vallejo con C.I. 0106140825. Doy fe de haber guiado y aprobado el Trabajo de Integración Curricular. También informo que el trabajo fue revisado con la herramienta de prevención de plagio donde reportó el 5% de coincidencia en fuentes de internet, apegándose a la normativa académica vigente de la Universidad.

Azogues, 19 de septiembre de 2022



---

María Fernanda Acosta Altamirano

C.I. 1711582211