



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS

CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN PARVULARIA

TESIS DE GRADO

TEMA:

**“LA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN
EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE
5 AÑOS DEL C.I.B.V LAS GARDÉNIAS, CANTÓN PUJILÍ,
PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”**

Tesis presentada previa a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Educación Parvularia.

AUTORA:

Mata Ayabaca Elizabeth Magaly

DIRECTORA:

M. Sc. Andocilla Vega Marcela Bernarda

Latacunga – Ecuador

Noviembre 2015

AUTORÍA

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación **“LA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑAS Y NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V, LAS GARDÉNIAS, CANTÓN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”**, son de exclusiva responsabilidad de la autora.

.....

Mata Ayabaca Elizabeth Magaly

C.I.050347954-5

AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS

En calidad de Directora del Trabajo de Investigación sobre el tema:

“LA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑAS Y+ NIÑOS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V, LAS GARDÉNIAS, CANTÓN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”, de Mata Ayabaca Elizabeth Magaly , postulante de Licenciatura en Educación Parvularia, considero que dicho Informe Investigativo cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científico-técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Tesis que el Honorable Consejo Académico de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas de la Universidad Técnica de Cotopaxi designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga, Noviembre 2015

La Directora

.....

MSc. Marcela Bernarda Andocilla Vega



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y
HUMANÍSTICAS
LATACUNGA – ECUADOR

APROBACIÓN DE TRIBUNAL DE GRADO

En calidad de Miembros del Tribunal de Grado aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas; por cuanto la postulante: Mata Ayabaca Elizabeth Magaly, con el tema de tesis: **“LA NUTRICIÓN Y DIETÈTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V LAS GARDÈNIAS, CANTÒN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”** ha considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Defensa de Tesis.

Por lo antes expuesto, se autoriza los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Latacunga, Noviembre 2015

Para constancia firman:

M. Sc. Paola Defaz

PRESIDENTE

M. Sc. Pablo Barba

MIEMBRO

M. Sc. Catherine Culqui

OPOSITOR

AGRADECIMIENTO

Al término de mi investigación Teórico-Práctica quiero dejar constancia del más profundo reconocimiento y gratitud a nuestra institución.

De manera muy especial a la M. Sc. Marcela Andocilla, Asesora de la presente tesis que con sus valiosos aportes científicos facilito los medios para culminar valioso aporte, al G.A.D.M.P, por el apoyo incondicional a la presente investigación, a la comunidad educativa del C.I.B.V, por la autorización de evaluar a los niños/as.

Elizabeth Magaly Mata Ayabaca

DEDICATORIA

Mi sabiduría, esfuerzo y responsabilidad lo dedico.

A Dios quien me dio la fe, la fortaleza, la salud y la esperanza.

A mi querida madre y hermanos, gracias a ellos he podido seguir adelante porque siempre me han apoyado en todos mis logros y metas, quienes han estado junto a mí animándome durante todo este proceso.

Finalmente a los niños/as del C.I.B.V “Las Gardénias”, quienes son los entes principales de la investigación.

Elizabeth Magaly Mata Ayabaca



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y
HUMANÍSTICAS
LATACUNGA – ECUADOR

TEMA: “LA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V LAS GARDÉNIAS, CANTÓN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”

Autora:

Elizabeth Magaly Mata A.

Directora:

MS.c. Andocilla Vega Marcela Bernarda

RESUMEN

La investigación sobre el tema: "La Nutrición y Dietética Infantil y su Incidencia en el Desarrollo Cognitivo en niños y niñas menores de 5 años del C.I.B.V. Las Gardénias ", tiene como objetivo determinar la incidencia la Nutrición y Dietética Infantil en el Desarrollo Cognitivo en niños y niñas menores de 5 años, se analizaron científicamente temas sobre la Nutrición y Dietética adecuada en Niños y Niñas menores de 5 años, en donde se podrá conocer alimentos nutritivos que favorezcan su crecimiento al mismo tiempo que se generará mejores hábitos alimenticios, durante el proceso de indagación se aplicó instrumentos de campo, de los cuales se obtuvo una información real del problema investigado en donde se evidenció que en la institución, los docentes desconocen en su mayoría el tema de la Dietética infantil y la incidencia que aborda dentro del área cognitiva del párvulo; por esta razón se consideró elaborar un taller que recogen información relevante sobre la implementación de un Huerto Infantil dentro de la unidad de atención, para conseguir mejor rendimiento académico, y buenos hábitos alimenticios aprovechando los beneficios de la naturaleza, en los niños y niñas;, apuntando al desarrollo escolar del niño y niña y su desempeño académico, capaz de desenvolverse adecuadamente en el medio biopsicosocial y en las áreas de interés que estimulen al párvulo para que codifiquen y decodifiquen información de una manera práctica y lógica.

Palabras Claves: Nutrición, dietética, hábitos, huerto, horticultura, biopsicosocial, cognitiva.



COTOPAXI TECHNICAL UNIVERSITY

ACADEMIC UNITED OF ADMINISTRATIVE AND HUMANISTIC
SCIENCES

LATACUNGA – ECUADOR

TOPIC: "NUTRITION AND CHILDHOOD DIET AND ITS IMPACT ON COGNITIVE DEVELOPMENT IN CHILDREN OF 5 YEARS FROM C.I.B.V GARDÉNIAS, PUJILI CANTON, COTOPAXI PROVINCE, ACADEMIC YEAR 2013-2014"

Author:

Elizabeth Magaly Mata Ayabaca.:

Director of tesis:

MSC. Marcela Bernarda Andocilla
Vega

ABSTRACT

The investigation on the theme: “Children Nutrition and Diet and its incidence in the cognitive development of under five year old boys and girls of the Gardénias C.I.B.V”. Aimed at determining the influence of Children Nutrition and Dieting in the Cognitive Development of under five year old boys and girls; themes on Nutrition and Dieting were scientifically analyzed which with it will be possible to get to know nutritious food which help their growth, and at the same time better eating habits will be generated, during the research process, field instruments were applied from which real information on the investigated problem was obtained, where it was evident that in the institution, teachers do not know about the topic of Children Dieting and its incidence in the cognitive area of the infant; hence it was considered that elaborating a workshop that collect relevant information on the implementation of a Children Green House in the attention unit in order to get a better academic performance, and good eating habits taking advantage the benefits from nature in the boys and girls; focusing on the school development on the children and their academic performance, which will make them able to perform adequately in the bio-psychosocial mist in the areas of concern that stimulate the infant to codify and de-codify information in a practical and logical manner.

Key Word: Nutrition, Dieting, Eating Habits, Green House, Workshop, Agriculture Workshop, Bio-psychosocial, Cognitive.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

CENTRO CULTURAL DE IDIOMAS



AVAL DE TRADUCCIÓN

En calidad de Docente del Centro Cultural de Idiomas de la Universidad Técnica De Cotopaxi, yo Lic. Martha Chasi con la C.C. 0502223092, CERTIFICO que he realizado la respectiva revisión de la Traducción del Abstract; con el tema: **“LA NUTRICIÓN Y DIETÈTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V LAS GARDÈNIAS, CANTÒN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI, DURANTE EL PERÍODO 2013-2014.”**, cuya autora es: Mata Ayabaca Elizabeth Magaly, y director de tesis MSc. Marcela Bernarda Andocilla Vega.

Latacunga, Noviembre de 2015

Docente:

Lic. Martha Chasi

C.I. 050222309-2

ÍNDICE

CONTENIDO	Pág.
PORTADA.....	i
AUTORÍA.....	ii
AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS.....	iii
APROBACIÓN DE TRIBUNAL DE GRADO.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
ÍNDICE	x
ÍNDICE DE TABLAS	xiii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiv
RESUMEN.....	vii
ABSTRACT.....	viii
AVAL DE TRADUCCIÓN	ix
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO I

1.FUNDAMENTOS TEÓRICOS	3
1.1 Antecedentes investigativos.....	3
1.2 Categorías fundamentales	7
1.3 Marco teórico	8
1.3.1 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INICIAL.....	8
1.3.1.1 Definición.....	8
1.3.1.2 Estructura Curricular.....	9
1.3.2 PSICOLOGÍA INFANTIL.....	12
1.3.2.1Definición.....	12
1.3.2.2 Beneficios de la Psicología Infantil.....	13
1.3.3 DESARROLLO COGNITIVO	13
1.3.3.1 Etapas de Desarrollo Cognitivo según Piaget.....	14
1.3.3.2 Procesos cognitivos.....	15
1.3.3.3 Características del área de desarrollo cognitivo.....	17
1.3.4 SALUD INFANTIL.....	17
1.3.4.1 Definición.....	17

1.3.4.2 Nutrición infantil.....	18
1.3.4.3 Diferencias entre alimentación y nutrición	19
1.3.4.4 Trastornos de la Alimentación	19
1.3.5 DIETÉTICA INFANTIL.....	21
1.3.5.1 Definición.....	21
1.3.5.2 La lactancia materna	22
1.3.5.3 Recomendaciones nutricionales para cada etapa	22
1.3.5.4 Crecimiento y alimentación	25
1.3.6 GRUPOS DE ALIMENTOS Y ELABORACIÓN DE DIETAS.....	28
1.3.6.1 Definición.....	28
1.3.6.2 Alimentos	28
1.3.6.3. Pirámide de los alimentos para niños/as	32
1.3.6.4 Elaboración de dietas	33
1.3.6.5 Modelo de Dietas por edades	34
1.3.7 IMPLEMENTACIÓN DE HUERTOS ORGÁNICOS INFANTILES..	37
1.3.7.1 ¿Qué es un huerto orgánico?.....	37
1.3.7.2 ¿Por qué hacer un huerto orgánico?.....	38
1.3.7.3 ¿Dónde se puede construir un huerto orgánico?	39
1.3.7.4 ¿Cómo se hace un huerto orgánico pedagógico?	40
1.3.7.5 ¿Qué, cómo y cuándo sembramos?	41
1.3.7.6 ¿Cómo cuido mi huerto?	41

CAPÍTULO II

2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	43
2.1 Caracterización del objeto de estudio	43
2.2 Análisis de los resultados obtenidos de la entrevista dirigida a la Lic. Coordinadora del C.I.B.V, “las gardenias”	45
2.2.1 Interpretación de la entrevista aplicada a la Coordinadora del Centro Infantil, “Las Gardénias”	47
2.3 Análisis e interpretación de resultados de la encuesta aplicada a las señoras asistentes de cuidado del Centro Infantil del Buen Vivir “Las Gardenias”	48
2.4 Analisis e interpretacion de resultados de la encuesta aplicada a madres y padres de familia del Centro Integral del Buen Vivir “Las Gardenias”	58
2.5 Análisis e interpretación de la ficha de observación.. aplicada a los infantes del CIBV. “Las Gardenias”	68

2.5.1 Interpretación de la ficha de observación aplicada a los niños y niñas del C.I.B.V “Las Gardénias”	69
2.6 Conclusiones	73
2.7 Recomendaciones.....	74

CAPÍTULO III

3.DISEÑO DE LA PROPUESTA	75
3.1 Datos Informativos.....	75
3.1.2 Beneficiarios	75
3.1.3 Ubicación	75
3.1.4 Equipo Técnico Responsable	76
3.2 Justificación.....	76
3.3 Objetivo de la Propuesta	77
3.3.1 Objetivo General	77
3.3.1 Objetivos Específicos.....	77
3.4 Diseño de la Propuesta.....	78
3.5 Plan operativo de la Propuesta	79
3.5 Resultados generales de la aplicación de la propuesta.	133
3.6 Conclusiones	134
3.7 Recomendaciones.....	135
3.8 Referencias y Bibliografía.....	136
3.8.1 Bibliografía citada.....	136
3.8.2 Bibliografía Consultada	138
3.8.3 Bibliografía Virtual	138
Anexos	141

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA N°1	48
TABLA N°2	49
TABLA N° 3	50
TABLA N° 4	51
TABLA N° 5	52
TABLA N° 6	53
TABLA N° 7	54
TABLA N° 8	55
TABLA N° 9	56
TABLA N° 10	57
TABLA N° 11	58
TABLA N° 12	59
TABLA N° 13	60
TABLA N° 14	61
TABLA N° 15	62
TABLA N° 16	63
TABLA N° 17	64
TABLA N° 18	65
TABLA N° 19	66
TABLA N° 20	67

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO N°1.....	48
GRÁFICO N°2.....	49
GRÁFICO N° 3.....	50
GRÁFICO N° 4.....	51
GRÁFICO N° 5.....	52
GRÁFICO N° 6.....	53
GRÁFICO N° 7.....	54
GRÁFICO N° 8.....	55
GRÁFICO N° 9.....	56
GRÁFICO N° 10.....	57
GRÁFICO N° 11.....	58
GRÁFICO N° 12.....	59
GRÁFICO N° 13.....	60
GRÁFICO N°14.....	61
GRÁFICO N°15.....	62
GRÁFICO N°16.....	63
GRÁFICO N°17.....	64
GRÁFICO N°18.....	65
GRÁFICO N°19.....	66
GRÁFICO N°20.....	67

INTRODUCCIÓN

Una buena alimentación y nutrición es un factor fundamental en el desarrollo físico y cognoscitivo del infante, por ello el consumo de alimentos y raciones, pueden ayudar a diseñar una dieta saludable, pues los alimentos son los, envases naturales que contienen las diferentes sustancias nutritivas que el organismo necesita; entre ellos tenemos distintos grupos de alimentos: carnes, pescados, frutas, verduras, hortalizas, legumbres, cereales, lácteos, que aportan un valor nutritivo necesario para el desarrollo del niño y la niña.

Los alimentos contienen sustancias nutritivas bajo formas, consistencias, texturas, sabores, olores y tratamientos culinarios diferentes, este trabajo de investigación permite orientar al docente en el conocimiento del desarrollo nutricional, tomando en cuenta que en la actualidad se habla de una buena salud; pues existen orientaciones de carácter general sobre las necesidades de energía y nutrientes en la primera infancia.

La Dietética Infantil analiza una dieta adecuada al niño y niña, en base a sustancias nutritivas primordiales para el organismo, mismas que aceleran el crecimiento y desarrollan el metabolismo del infante de acuerdo a su edad, es por ello que es considerado importante dentro del tema de investigación, para que de esta manera se dé a conocer cuál es su importancia y desempeño dentro del desarrollo del párvulo especialmente en el área cognitiva, además tiene un papel crítico en el desarrollo cerebral y por tanto en el funcionamiento intelectual. El cerebro, en forma similar al resto del cuerpo, está construido a partir de proteínas, lípidos, carbohidratos, vitaminas y minerales proporcionados por la dieta, como el cerebro se desarrolla más rápidamente que el resto de órganos del cuerpo es obvio considerar que una deficiencia nutricional, en una etapa crítica del desarrollo puede resultar negativa en la estructura cerebral y por tanto en su funcionamiento. Adicionalmente, el cerebro es el órgano metabólicamente más activo a pesar de

Contar con reservas muy limitadas de energía, así que depende de la dieta para un abastecimiento continuo de nutrientes.

De forma similar, el funcionamiento minuto a minuto del cerebro requiere una fuente adecuada de micro-nutrientes que actúan como coenzimas o forman partes estructurales de las enzimas requeridas para la actividad metabólica óptima.

Así, la dieta es responsable tanto de proporcionar los bloques de construcción a partir de los cuales se constituye el cerebro como del combustible con el que trabaja. Sin embargo, dicho análisis demuestra que la dieta tiene el potencial para influir en el funcionamiento intelectual: la pregunta importante es con qué frecuencia, si acaso, es la dieta deficiente al grado de que se desarrolle un problema, en qué medida se deben instaurar intervenciones en los sectores y poblaciones dedicadas al cuidado de niños, especialmente la familia e instituciones educativas.

La presente investigación está dividida en tres capítulos que se describe de la siguiente manera:

CAPÍTULO I.- En el que se encuentran los Fundamentos Teóricos sobre el objeto de estudio, los Antecedentes investigativos, las Categorías Fundamentales y el Marco Teórico.

CAPÍTULO II.- Comprende el Diseño de Propuesta, la Breve caracterización de La Institución objeto de estudio, el Análisis e Interpretación de resultados de la investigación de campo, Diseño de la Propuesta, Datos Informativos, Justificación, Objetivos, y la Descripción de la Propuesta

CAPÍTULO III.- Formado por la Aplicación o validación de la Propuesta, Plan Operativo de la Propuesta, resultados generales de la aplicación de la propuesta y las Conclusiones y Recomendaciones.

CAPÍTULO I

1. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

1.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Se han realizado investigaciones en diferentes universidades internacionales, así como también del Ecuador y de la provincia de Cotopaxi, encontrado diferentes temas que se relacionan con el presente problema de investigación, en esta línea se centran los siguientes estudios:

En la Universidad Nacional de la Plata de Buenos Aires Argentina las autoras, Mazzoni, Cecilia Clara; Stelzer, Florencia; Cervigni, realizaron una investigación con el tema: “Consideraciones teóricas acerca de la influencia de la desnutrición moderada y leve sobre el rendimiento cognitivo de niños en contextos de pobreza”, cuyo objetivo principal fue: Investigar el desarrollo cognitivo de los niños ya que se ve influido por una multiplicidad de variables, por ende las deficiencias nutricionales no se establecen en un vacío sociocultural y económico.

Finalmente en la investigación se concluyó que las privaciones de índole material y simbólica vinculadas a la pobreza, afectarían las capacidades cognitivas, pudiendo destacar que la más importante es que el estado nutricional del niño, es negativo en sectores pobres, manifestarían una disminución de sus capacidades cognitivas.

Se puede evidenciar que a nivel internacional también se da prioridad a la investigación de la nutrición y la incidencia en el área cognitiva y sobre todo de los sectores sociales pobres, el tema se relaciona mucho a la presente Tesis ya que

establece un vínculo directo entre Nutrición, desnutrición y la marcada influencia en el desarrollo cognitivo del niño y niña, pretende enfocar de manera directa los índices de bajo rendimiento escolar derivados de una mala alimentación lo cual perjudica el desarrollo íntegro del niño provocando desnutrición leve, moderada derivándose de estas enfermedades como la anemia, problemas de deficiencia de hierro, baja talla, sobre peso y obesidad, las mismas que afectan especialmente a los sectores de bajos recursos económicos los cuales carecen de posibilidades financieras para asegurar una óptima alimentación, de ahí que se derivan muchos problemas como el bajo rendimiento escolar, varias investigaciones afirman que el encéfalo se desarrolla a temprana edad en el niño por lo que es de vital importancia que este se alimente de manera equilibrada, tomando en cuenta su peso, estatura.

En la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, la autora Guáitara Muñiz Daniela Elizabeth, (2011), realizó una investigación con el tema, “ Hábitos alimentarios en niños y niñas de 12 a 60 meses de edad de los centros infantiles del buen vivir de la parroquia Conocoto y su relación con el estado nutricional en el primer semestre de 2011”, en el cuál el objetivo fue: Analizar la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los niños y niñas de 12 a 60 meses que asisten a los Centros Infantiles del Buen Vivir del INFA de la parroquia Conocoto-DMQ.

En esta investigación se concluye que: El patrón alimentario de la población en estudio está basada en la ingesta de carbohidratos especialmente cereales, como también proteínas de origen animal, el consumo de verduras es más escaso, en cuanto al consumo de alimentos ricos en hierro los infantes los consumen escasamente, frutas y verduras (38%) y carnes (16%). Al comparar todo esto con el estado nutricional de la población se puede observar que los niños/as que están con desnutrición son los que menos consumen todos los grupos de alimentos, el riesgo de sobrepeso está presente en los infantes que consumen en su mayoría carnes (19%), cereales (18%), vegetales (19%), snacks (20%) y gaseosas (19%); mientras que la anemia leve se encuentra en mayor cantidad en los niños/as que

consumen leguminosas (12%), y anemia moderada se encuentra en los que consumen carnes (7%). Si este hábito de consumir comida chatarra continua puede ser uno de los causantes de que los niños y niñas desarrollen enfermedades crónicas no transmisibles.

Por todo lo antes mencionado es importante tomar en cuenta aquellos aspectos y la marcada investigación que se establece al estudiar un grupo de la población total de niños y niñas que asisten a las unidades de atención y el tipo de alimentación que frecuentan, ya que es necesario que hasta los 5 años de vida el infante pueda nutrirse con la mayor variedad de frutas, verduras, lácteos, cereales, carnes y todos los alimentos de la pirámide alimenticia, pero en forma equilibrada.

Si bien es cierto, los padres de familia no relacionan cuales exactamente deberían ser las cantidades idóneas de consumo infantil pero existen otros que ponen mayor énfasis en esto y se auto preparan ya sea en las unidades educativas a las que van sus hijos, o en los hospitales a los que asisten para consultas rutinarias médicas, es significativo concientizar a la comunidad educativa en temas que vayan enfocados a los alimentos que debe consumir el infante, y entender que las ingesta de comida chatarra o rápida perjudicara el desarrollo del niño y niña, repercutiendo de esta manera en el proceso enseñanza aprendizaje, por ello es importante para el tema de investigación de la nutrición y la incidencia en el desarrollo cognitivo del niños ya que abarca aspectos fundamentales sobre la alimentación adecuada del niño especialmente hasta los 5 primeros años de vida.

En la Universidad Técnica de Cotopaxi, la autora Velásquez Espín Gabriela Elizabeth, (2011); realizó una investigación con el tema, “Elaboración de una guía nutricional para fomentar el desarrollo físico y mental de los niños de séptimo año de educación general básica de la escuela José Luís Tamayo parroquia Aloag cantón mejía provincia pichincha durante el año lectivo periodo 2010- 2011”, en esta investigación se planteó como objetivo: Fomentar el desarrollo intelectual a través de la aplicación de una guía nutricional para conseguir mejor rendimiento físico y mental, con la aplicación de una guía nutricional, la misma que servirá

como fuente directa de investigación y mejorará el aprendizaje del infante favoreciendo al desarrollo físico.

Además la autora llegó a la siguiente conclusión: Aplicar el tema investigado ayudará a la comunidad educativa del sector a conocer cuáles son los alimentos nutritivos que ayudaran a prevenir posibles trastornos alimenticios y problemas en el desarrollo cognitivo, ya que la escuela no cuenta con una Guía Nutricional en donde se pueda evidenciar los grandes aportes de la alimentación al infante.

La investigación antes citada es muy importante ya que con la aplicación de una Guía Nutricional también se puede mejorar el desarrollo físico y mental del infante, misma que tiene marcadas estrategias para conseguir excelente resultados en el proceso enseñanza aprendizaje, al mismo tiempo que sirve como fuente de investigación directa, está relacionado, con la Nutrición y la incidencia en el desarrollo cognitivo ya que ambas buscan el desarrollo mental y por ende cognitivo del niño y niña, esto no sería posible si se desconocen los mecanismos que pueden ayudar a mejorar hábitos alimenticios en la familia y la comunidad educativa.

Existen otras alternativas para que conozcan cuales son los alimentos que el niño especialmente hasta los 5 años necesita para un óptimo crecimiento como obras de títeres, actividades lúdicas, talleres, huertos infantiles este último es novedoso ya que se trabaja en equipo y con actividades de campo en donde el niño y niña son los protagonista principales del proceso.

1.2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES



Elaborado por: Elizabeth Mata

1.3 MARCO TEÓRICO

1.3.1 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INICIAL

1.3.1.1 Definición

El **MINISTERIO DE EDUCACIÓN, (2014)**. señala que: “El Currículo de Educación Inicial surge y se fundamenta en el derecho a la educación, atendiendo a la diversidad personal, social y cultural. Además, identifica con criterios de secuencialidad, los aprendizajes básicos de este nivel educativo, adecuadamente articulados con el primer grado de la Educación General Básica. Además, contiene orientaciones metodológicas y de evaluación cualitativa, que guiarán a los docentes de este nivel educativo en el proceso de enseñanza-aprendizaje”. **(pág. 11)**.

El currículo de educación inicial nació de la necesidad de hacer efectivo el derecho de los niños y niñas a la educación en la primera infancia, también se elaboró para vincular los aprendizajes que se imparten en educación inicial con el primer año de básica. En este contexto, el Currículo de Educación Inicial contempla la interculturalidad y presenta nuevas propuestas con criterios de calidad y equidad en igualdad de oportunidades de aprendizaje, a la vez que recoge los elementos sustanciales de las experiencias curriculares.

El Currículo de Educación Inicial parte de la visión de que todos los niños son seres bio-psico sociales y culturales, únicos e irrepetibles y los ubica como actores centrales del proceso de enseñanza aprendizaje. En consecuencia, son sujetos de aprendizaje desde sus necesidades, potencialidades e intereses; por lo tanto, el documento reconoce y da valor a los deseos, sentimientos, derechos y expectativas de los niños, considerando y respondiendo a sus especificidades (nivel de desarrollo edad, características de personalidad, ritmos, estilos de aprender, contexto cultural y lengua), atendiendo a la diversidad en todas sus

manifestaciones, respondiendo a criterios de inclusión en igualdad de oportunidades.

El currículo se centra en el reconocimiento de que el desarrollo infantil es integral y contempla todos los aspectos que lo conforman (cognitivos, sociales, psicomotrices, físicos y afectivos), interrelacionados entre sí y que se producen en el entorno natural y cultural. Para garantizar este enfoque de integralidad es necesario promover oportunidades de aprendizaje, estimulando la exploración en ambientes ricos y diversos, con calidez, afecto e interacciones positivas.

Consecuentemente con lo planteado en la fundamentación, este currículo considera al aprendizaje y al desarrollo como procesos que tienen una relación de interdependencia, a pesar de ser conceptos de categorías distintas, ya que para que el aprendizaje se produzca, los niños deben haber alcanzado un nivel necesario de desarrollo, mientras que en el logro del desarrollo, el aprendizaje juega un papel fundamental.

Además considera que para alcanzar el buen vivir, se requiere condiciones de bienestar que implican la satisfacción oportuna de las necesidades básicas del niño, como alimentación, afecto, vestido, protección, salud, entre otras, lo que se evidencia en las actitudes de alegría, vitalidad, relajamiento y espontaneidad del niño, posibilitando lograr una autoestima positiva, autoconfianza, seguridad e interrelaciones significativas con los demás y su entorno.

1.3.1.2 Estructura Curricular

El diseño curricular ha considerado los siguientes elementos organizadores para determinar el alcance, secuencia y pertinencia de los aprendizajes:

- **Perfil de salida:** Es la descripción de los desempeños esenciales que debe demostrar el niño al finalizar la Educación Inicial en todas sus modalidades. Sin embargo, se debe tomar en cuenta que este nivel

educativo no es obligatorio, por lo tanto, este perfil no puede convertirse en un prerrequisito para ingresar al primer grado de Educación General Básica.

- **Ejes de desarrollo y aprendizaje:** Son campos generales de desarrollo y aprendizaje, que responden a la formación integral de los niños y orientan las diferentes oportunidades de aprendizaje.
- **Ámbitos de desarrollo y aprendizaje:** Son espacios curriculares más específicos, que se derivan de los ejes de desarrollo y aprendizaje que identifican, secuencian y organizan los objetivos de aprendizaje y las destrezas en cada uno de los subniveles de Educación Inicial.
- **Objetivos de subnivel:** Orientan las expectativas de aprendizaje que se requieren alcanzar en cada subnivel educativo, posibilitando lograr el perfil de salida. A partir de estos se derivan los objetivos de aprendizaje. Su formulación está definida en función de cada uno de los ámbitos.
- **Objetivos de aprendizaje:** Son enunciados del logro de las destrezas que se desea alcanzar en un período determinado. Son intenciones explícitas de lo que se espera conseguir por medio de la acción educativa.
- **Destrezas:** En una línea similar a los otros niveles educativos, las destrezas se expresan respondiendo a la interrogante ¿qué deberían saber y ser capaces de hacer los niños? Estas destrezas se encontrarán gradadas y responderán a las potencialidades individuales de los niños, respetando sus características de desarrollo evolutivo y atendiendo a la diversidad cultural.

Se entiende por destreza para los niños y niñas de 0 a 2 años a los referentes estimados que evidencian el nivel progresivo de desarrollo y aprendizaje del niño, cuya finalidad es establecer un proceso sistematizado de estimulación que permitirá potencializar al máximo su desarrollo, mientras que para los niños y niñas de 3 a 5 años la destreza es el conjunto de habilidades, conocimientos,

actitudes y valores que el niño desarrollará y construirá, por medio de un proceso pedagógico intencionado.

- **Orientaciones metodológicas:** Es el conjunto de sugerencias didácticas, cuyo objetivo es guiar la acción del docente y orientarlo en la toma de las mejores decisiones pedagógicas que debe asumirlas para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- **Orientaciones para el proceso de evaluación:** Es el conjunto de sugerencias técnicas que permiten tomar decisiones oportunas acerca de la acción educativa y de las interacciones que se requieran para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje, desde el enfoque cualitativo.

ESTRUCTURA CURRICULAR EDUCACIÓN INICIAL

EJES DE DESARROLLO Y APRENDIZAJE	EDUCACIÓN INICIAL		EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA
	ÁMBITOS DE DESARROLLO Y APRENDIZAJE		COMPONENTES DE LOS EJES DEL APRENDIZAJE
	0-3 años	3-5 años	5-6 años
DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL	Vinculación emocional y social	Identidad y autonomía	Identidad y autonomía
		Convivencia	Convivencia
DESCUBRIMIENTO DEL MEDIO NATURAL Y CULTURAL	Descubrimiento del medio natural y cultural	Relaciones con el medio natural y cultural	Descubrimiento y comprensión del medio natural y cultural
		Relaciones lógico/matemáticas	Relaciones lógico/matemáticas
EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN	Manifestación del lenguaje verbal y no verbal	Comprensión y expresión del Lenguaje	Comprensión y expresión oral y Escrita
		Expresión artística	Comprensión y expresión artística
	Exploración del cuerpo y motricidad.	Expresión corporal y motricidad	Expresión corporal

Fuente: Currículo de Educación Inicial 2014

1.3.2 PSICOLOGÍA INFANTIL

1.3.2.1 Definición

GISPERT, Carlos. (2001). manifiesta que "La psicología infantil se encarga del estudio del comportamiento del niño, desde su nacimiento hasta su adolescencia. De esta forma, esta rama de la psicología se centra en el desarrollo físico, motor, cognitivo, perceptivo, afectivo y social." (pág. 56).

La psicología infantil llama a la necesidad de que los maestros, padres reaccionen y sepan cuando acudir a la misma para poder ponerle solución al problema que tienen los niños y niñas, sea del tipo que sea. En este sentido, también orienta a ponerla en práctica en el caso de tener trastornos alimenticios ya que hay niños que por no ingerir principalmente verduras cambian su comportamiento haciéndolo insoportable para los padres.

WOOLFOLK. (2010). cita a Sigmund Freud y Jean Piaget, donde se afirma que: "El desarrollo de una personalidad sana es imprescindible para satisfacer las necesidades instintivas del niño. Freud afirma que las tres etapas estructurales de la personalidad son **el ello** (la fuente de todos los instintos), **el súper-yo** (representa las reglas sociales y morales) y **el yo** (la fase intermedia entre el ello y el súper-yo). Piaget, por su parte, se concentra en el conocimiento innato del niño y la niña, que aparece desde el nacimiento y que permite el aprendizaje sin necesidad de estímulos externos, los trastornos psicológicos más comunes entre los niños y niñas son los vinculados al sueño, los terrores nocturnos, los miedos en general, la alimentación" (pág. 100).

Muchas son las cuestiones y ámbitos que se pueden estudiar y solucionar a través de la psicología infantil, en este sentido habría que destacar especialmente el desorden alimenticio que pueden sufrir los niños a etapa pre escolar que asisten a los llamados Centros Infantiles del Buen Vivir (C.I.B.V), en el cual en ocasiones la alimentación recibida no goza de tener un alcance nutritivo adecuado para esta etapa de crecimiento, afectando directamente al área Cognitiva del infante, además la teoría Freudina habla de satisfacer las necesidades instintivas del niño y niña

por lo que directamente se relacionan con jugar, compartir, relacionarse, y sobre todo comer, mientras que Piaget menciona que los estímulos no deben ser condicionados por factores externos, más bien deberían convertirse en hábitos que beneficien el buen desarrollo del infante.

1.3.2.2 Beneficios de la Psicología Infantil

La Dra. **DOMÍNGUEZ GARCÍA, Laura. (2006)**. señala que: “La psicología infantil ayuda a entender e interpretar los tipos de conducta de los infantes, generalmente existe preocupación cuando los niños presentan cambios, sean estos de características "depresivas" "agresivas", alimentarios, la mayoría de los padres consideran que conversando con sus hijos la situación mejorará o peor aún que reprimiendo su conducta o castigándoles generaran cambios en ellos.” (pág. 134).

Analizando lo manifestado la psicología infantil ayuda a moldear la conducta, lamentablemente los padres desconocen que detrás de una conducta inapropiada, incorrecta, desagradable, e insoportable, existen muchas emociones que no han podido ser expresadas de manera apropiada, por lo que suelen desesperarse y acudir a métodos más rígidos como el castigo.

Los maestros y profesionales están llamados a dar alertas y facilitar mecanismos de ayuda para esa familia, por ello que la Psicología Infantil muestra alternativas de ayuda con actividades, talleres, charlas, las cuales mejorarían la conducta y el desarrollo secuencial del niño y niña en la etapa escolar, sin tener que recurrir a castigos físicos ni psicológicos; pues hoy en día es penado por la Ley, como se señala en el Código de la Niñez y Adolescencia.

1.3.3 DESARROLLO COGNITIVO

El autor **COLOMBO, Jorge A. (2012)**. manifiesta que el desarrollo cognitivo: “Fue desarrollado por primera vez por un psicólogo del desarrollo suizo Jean Piaget (1896-1980). Piaget creía que la infancia del individuo juega un papel vital y activo con el crecimiento de la inteligencia, y que el niño aprende a través de hacer y explorar activamente”. (pág. 15).

Varias han sido las acertadas investigaciones de Piaget, y en efecto el Desarrollo Cognitivo tiene gran relevancia ya que es un periodo en donde se moldean sus conocimientos y funciones mentales de manera ordenada, derivándose de aquí los aprendizajes del niño, el desarrollo de la inteligencia responde a un sinnúmero de factores que orientan un eficaz proceso como la relación biopsicosocial que moldea al infante.

Cuando el niño y la niña atraviesan por diferentes cambios, a medida que va creciendo asimila los aprendizajes con lo empírico con sus propios conocimientos, en donde las etapas abstractas, verbales, no verbales, lógico matemáticas, de lenguaje, social, afectivas van tomando una madurez mayor en el infante permitiéndole desenvolverse de mejor manera, apuntando a una madurez cognitiva normal en donde se a capaz de ser protagonista del aprendizaje en el aula y fuera de ella, el desarrollo cognitivo permite orientar a la comunidad educativa al cambio que el párvulo atraviesa y tomar medidas de control y autocontrol del progreso adecuado del mismo, para lo cual el filósofo dejó un sinnúmero de actividades que se pueden plantear para estimular un óptimo desarrollo cerebral.

1.3.3.1 Etapas de Desarrollo Cognitivo según Piaget

El autor **GEORGE S. MORRISON, (2005)**, cita a Jean Piaget, para hablar acerca de las Etapas de Desarrollo, en donde se dice que: "por la relación según los grupos etarios que atraviesan los niños y niñas, mediante su desarrollo cerebral se establecen cuatro etapas marcadas en el proceso cognitivo, estos son **Etapas Motora-Sensorial**, que inicia de los 0 a 2 años, en donde el niño mantiene un control y aprendizaje acerca de los objetos físicos, **Pre Operacional**, de 2 a 7 años especialmente desarrolla habilidades verbales, **Concreta**, de 7 a 12 años de edad en donde es el inicio del asentamiento de conceptos abstractos y **etapa Formal-Operacional**, que va de los 12 a 15 años en donde ocurre el desarrollo de habilidades sistemáticas y lógicas del razonamientos ” (pág.99).

Piaget estudió la inteligencia como el proceso de organización y adaptación a través de la asimilación y la acomodación en la búsqueda de un equilibrio mental,

en la estructura de la inteligencia, conformada por las propiedades organizacionales de las operaciones y de los esquemas, lo cual se refleja en la conducta o actividad observable, por lo que para que el niño pase de un estado a otro se le deberá estimular y aplicar adecuadamente actividades que beneficien este desarrollo cognitivo.

En este caso si se profundiza el estudio de las Teorías del aprendizaje se encuentran una serie de aspectos que influyen en el desarrollo, como la alimentación y equilibrio nutricional según etapas de crecimiento, es importante ir entendiendo la transformación que sufre el niño en su desarrollo cognitivo, ya que a medida que va creciendo sus necesidades evolutivas van tomando un rumbo diferente, a continuación se explicara detalladamente las características y desarrollo cognitivo de los niños hasta los 5 años de edad misma que servirá para orientar de mejor manera la investigación de La Nutrición y Dietética Infantil y su incidencia en el área cognitiva en niñas y niños menores de 5 años de edad.

1.3.3.2 Procesos cognitivos

VERACOECHEA, Gladys. (2013). menciona que “existen procesos cognitivos puntuales los que son”: (pág. 3)

- **DISCRIMINACIÓN:** Mecanismo sensorial en el que el receptor distingue entre varios estímulos de una clase o diferente, seleccionando uno y eliminando los demás.
- **ATENCIÓN:** Función mental por la que nos concentramos en un objeto. Aunque es un proceso cognitivo también es un proceso afectivo ya que depende, en alguna medida, de la experiencia que haya tenido el individuo con lo observado. La atención es el primer factor que influye en el rendimiento escolar.
- **MEMORIA:** Capacidad para evocar información previamente aprendida. Se involucra básicamente el ver, oír, leer, etc.

- **IMITACIÓN:** Capacidad para aprender y reproducir las conductas (simples y complejas) realizadas por un modelo. En la imitación se involucran los procesos cognitivos, afectivos y conductuales. En el juego el niño reproduce o representa actividades de su entorno familiar y social.
- **CONCEPTUALIZACIÓN:** Es el proceso por el cual el niño identifica y selecciona una serie de rasgos o claves (características) relevantes de un conjunto de objetos, con el fin de buscar sus principales propiedades esenciales que le permiten identificarlo como clase y diferenciarlos de otros objetos.
- **RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS:** Capacidad que se tiene, de acuerdo a los aprendizajes y las experiencias, para dar respuestas a diferentes situaciones y conflictos.

Los procesos cognitivos citados son muy sobresalientes a la hora de ponerlos en práctica y desarrollarlos en el infante tanto como la discriminación en donde una serie de estímulos provocan una respuesta como el jugar, ayudan a que se relacione con su medio, la atención es una función cerebral que implica mayor concentración, la memoria influye más de un manejo de los sentidos, el ver oír permiten que recuerde con mayor intención las actividades realizadas, la imitación hace que el infante asuma roles y copie lo que absorbe de las personas que lo rodean, conceptualización facilita al infante tener un concepto de cada cosa, como para que sirve como lo hace, en donde está, y la resolución de problemas que establece que el infante pueda afrontar y manejar las dificultades.

El desarrollar talleres o hacer actividades, son procesos cronológicos por los que pasa el niño, basados en un desarrollo cerebral en el cual permiten que el infante tenga mayor posibilidad de adquirir nuevos conocimientos y discernirlos tanto en el área de lenguaje, afectiva social, motora, afectiva y principalmente cognitiva que es de esta la que deriva el desarrollo neuro cerebral del niño y niña, además de todo lo antes señalado se puede mencionar que todas estas características ayudan

al niño y niña a mejorar su alimentación solo basta con emplearlas y modificarlas algunas actividades que involucren nutrición infantil a cada una de las acciones lúdicas de enseñanza aprendizaje.

1.3.3.3 Características del área de desarrollo cognitivo

COLOMBO, Jorge A. (2012). cita a Piaget quien manifiesta que las características del área de desarrollo cognitivo comprende: “el conocimiento físico en términos del conocimiento de las propiedades físicas de los objetos y del modo del cómo actuar sobre ellos, el conocimiento lógico matemático definido en términos de las relaciones establecidas entre los objetos, tales como clasificación, seriación (haciendo comparaciones, por ejemplo: más alto, menos alto, más gordo, más flaco, menos lleno, recitando los números de memoria; contando objetos; midiendo y comparando material continuo; reconociendo y escribiendo numerales; llenando y vaciando espacios tridimensionales con material continuo, el conocimiento espacio-temporal definido en términos de nociones que alcanza el niño de su espacio y de su tiempo. En cuanto al espacio se pueden mencionar las siguientes actividades: encajando, ensamblando y desamblando cosas”. **(Pág. 60).**

Las características del área cognitiva relacionan las etapas evolutivas por las que atraviesa el ser humano tomando en cuenta el desarrollo físico y mental, de ahí que se deriva el conocimiento lógico por los objetos, la numeración, el desarrollo del lenguaje, la ubicación espacial, las nociones, actividades de tiempo, mismos que permiten un mayor alcance del aprendizaje y evita posibles trastornos, el párvulo a medida que pasa el tiempo y continua su crecimiento, por lo que se debe aprovechar al máximo de esto haciendo actividades lúdicas que fomenten y mejoren esta etapa.

1.3.4 SALUD INFANTIL

1.3.4.1 Definición

En la **Revista Virtual SALUD Y MEDICINA. (2013).** se argumenta que: “La salud del niño va más allá de la ausencia de enfermedad, pues el periodo de la

infancia hasta la adolescencia es tan importante que marca el desarrollo y calidad de vida en la edad adulta. Por ello, la salud infantil comprende su bienestar en todos los aspectos tanto físico, mental, emocional como social” (Pág.1).

La salud infantil abarca varios factores de crecimiento en el que se debe garantizar que el niño goce de una excelente energía e higiene para ello es necesario que se busquen mecanismos de control tanto en lo físico, mental, emocional y social, especialmente se debe garantizar que el infante desarrolle normalmente su calidad de vida rodeado de ambientes agradables de acorde a su crecimiento, los que permitirán evitar problemas, además enfocando al tema de Nutrición e incidencia en el área cognitiva del niño menor de 5 años, es fundamental proveer de alimentos ricos en vitaminas, calorías, hierro, zinc, de esta manera se evita que sufran algún tipo de desnutrición y posibles trastornos cognitivos.

1.3.4.2 Nutrición infantil

La autora **GONZALES María. (2010)**. manifiesta que: “La alimentación de los niños durante sus primeros años de vida es fundamental para un buen desarrollo físico y mental. Es el período en que los padres o cuidadores tienen la importante misión de formar sus hábitos alimenticios, lo que determinará en gran medida su salud y nutrición, en el Ecuador, la desnutrición afecta principalmente a los niños durante los 4 primeros años de vida, sentenciándolos a una serie de secuelas para el futuro, pues está científicamente comprobado que contraer desnutrición en este período afecta negativamente el crecimiento y desarrollo intelectual,” (pág.12).

Un inadecuado consumo de alimentos en los primeros años de vida del infante condena a que sufran enfermedades, retardando su crecimiento, ante esta problemática, hay diversas alternativas de solución alimentaria que incluyen, programas de educación nutricional, promoción de la fortificación de alimentos y programas de asistencia alimentaria que ayudan a concientizar a la comunidad educativa a tomar normas de control que mejoren este sistema.

1.3.4.3 Diferencias entre alimentación y nutrición

Según la autora **GONZALES, María. (2010)**. define a la alimentación como “un acto voluntario y consciente mediante el cual el ser humano proporciona las sustancias que necesita; mientras que la Nutrición es el conjunto de procesos y transformaciones que sufren los alimentos para ser asimilados y utilizados por el cuerpo humano. Es un acto involuntario e inconsciente”, (**Pág. 22**).

Por lo que se considera a la alimentación en un acto voluntario y consciente que realiza el niño y niña supliendo sus necesidades, la Nutrición se encarga de transformar esos alimentos y convertirlos en nutrientes los cuales son necesarios para el organismo, convirtiéndose en un acto involuntario pero de gran ayuda para el desarrollo, cognitivos y físico en general.

1.3.4.4 Trastornos de la Alimentación

PEDRÓN, Consuelo. (2013). expresa que “En el primer año, las separaciones traumáticas son seguidas, a menudo, de rechazo de alimento; pero también puede suceder todo lo contrario, es decir, que el niño muestre una excesiva necesidad de alimento; en este último caso, la comida cumple la función de sustituto materno, los primeros trastornos de alimentación aparecen en relación con la lactancia, un trastorno frecuente es el rechazo de alimentos en el período del destete. Los trastornos de la conducta alimentaria en la primera infancia (de 0 a 6 años) que impiden al niño crecer y engordar pueden tener una causa orgánica, pero también puede deberse a una alteración del vínculo materno-familiar, aquí el papel del psicólogo es clave para tratar al niño en sí y con su grupo familiar permitiendo romper el mecanismo de repetición que mantiene los síntomas de ese trastorno alimenticio,” (**pág. s/n**).

Son importantes las reacciones de los padres respecto a estas dificultades, puesto que, si la madre tiende a preocuparse o a forzar con extrema rigidez la alimentación, se crean círculos viciosos en que la hostilidad y tensión habrán de predominar, convirtiendo los verdaderos actos de comer en verdaderas luchas entre la madre por conseguir, sus objetivos, cualquiera que sea la actitud dominante en los procesos de

la alimentación, ésta también ejerce importantes influencias sobre otros campos del desarrollo. La relación comida madre, propia de los primeros meses, fundamente la convicción subjetiva de la madre de que el rechazo del niño hacia las comidas expresa también el rechazo de su atención y cuidados.

PEDRÓN, Consuelo. (2013). expresa que “los trastornos alimentarios en niños son problemas frecuentes que pueden tener un alto impacto en la salud y calidad de vida del infante, son considerados algunos de ellos como trastornos mentales que causan serias repercusiones físicas de retardo en el crecimiento, desnutrición o sobrepeso. Algunos de los trastornos más frecuentes en los niños son la bulimia, anorexia, pérdida de sueño, depresión, infecciones, causadas por una alimentación negativa, que llevan al desarrollo de enfermedades graves como desnutrición o inclusive la muerte, en los niños, sobre todo de edades de 0 a 5 años, una deficiencia continua de nutrimentos esenciales, puede producirles consecuencias negativas como menor resistencia a las infecciones, retardos en su desarrollo psicomotriz, afectaciones en su crecimiento, problemas de aprendizaje y disminución de capacidades laborales y de colaboración, entre otras,” (pág. s/n).

Entre el primer y tercer año de vida los niños incrementan su interés de aprendizaje a través de la experimentación propia, del uso de todos sus sentidos, se establecen como individuos independientes de sus padres, surgen los temores a lugares nuevos y experiencias desconocidas y es la etapa crucial para la formación de hábitos saludables, en donde el padre de familia y maestros juegan un papel importante en el desarrollo de estos hábitos, mismos que si no son adecuadamente formados podrán convertirse en trastornos alimenticios, de los cuales se derivaran enfermedades como la desnutrición, bulimia, anorexia y otros desequilibrios en la salud del niño y niña, y posteriormente afectara en desarrollo de sus habilidades y destrezas en los aprendizajes.

1.3.5 DIETÉTICA INFANTIL

1.3.5.1 Definición

Para el autor **BELTRAN, Walter. (2011)**. “La Dietética es la ciencia que estudia la forma y el arte de combinar los alimentos con el fin de lograr un modo y estilo de alimentación adecuados en función de las necesidades: Psicológicas, Fisiológicas, socio-culturales de cada persona”, (**pág. 88**).

La Dietética se deriva de la alimentación, a su vez es el arte de preparar los alimentos orientados a un estilo nutritivo que beneficie al niño en su etapa de desarrollo, tomando en cuenta las áreas en las que se involucra el infante directamente para que exista una armonía y se beneficie en su estímulo cerebral.

BELTRAN, Walter (2011), manifiesta también que: “Entre los fines que cumple la Dietética se puede señalar:

- Aporta las sustancias necesarias para la regulación del metabolismo
- Aporta los materiales para la formación de estructuras
- Aporta la energía útil en las funciones corporales,” (**pág. 90**).

La fuente de estas sustancias ya sea minerales, proteicas, calóricas son básicamente los alimentos, lo que hace necesario llevar una dieta variada y equilibrada para mantener una adecuada nutrición.

EI CUERPO DE MAESTROS, (2006), en su libro Educación Infantil explican que: “La Dietética o ración alimenticia, es las cantidades de alimentos que consume un individuo en 24 horas, se ocupa de establecer la dieta más adecuada para cada persona, desde el punto de vista de sus necesidades fisiológicas y psicológicas, se compone de sustancias nutritivas provenientes de los alimentos tales como proteínas, hidratos de carbón, lípidos, vitaminas, sales minerales y agua,” (**pág. 197**).

La Dietética Infantil se la establece para aplicar una dieta adecuada al niño y niña, se compone de sustancias nutritivas primordiales para el organismo mismas, que

aceleran el crecimiento y desarrollan el metabolismo del infante de acuerdo a su edad, es por ello que es considerado importante dentro del tema de investigación, para que de esta manera se dé a conocer cuál es su importancia y desempeño dentro del desarrollo cognitivo del párvulo.

1.3.5.2 La lactancia materna

La autora **LICATA, Marcela (2014)**, menciona que “La importancia de la lactancia materna está más que demostrada, puesto que contiene todos los nutrientes que él bebe necesita para poder crecer de manera saludable, durante el primer año de vida el crecimiento es muy acelerado, los bebes aumentan entre 7 a 9 kilos de peso y la talla se incrementa en aproximadamente 20 a 25 cm, existe un gran desarrollo y formación de tejidos, para lo cual la buena nutrición es fundamental” (pág. s /n).

La lactancia materna es considerada el oro líquido para el recién nacido, ya que contiene todo tipo de nutrientes necesarios para el creciente, por lo que es obligatorio que la madre suministre al infante desde las primeras horas de nacido, además se forma un vínculo afectivo único y necesario entre la madre y su hijo.

Forma una barrera contra infecciones respiratorias, previene diarreas, favorece el desarrollo neurológico, se disminuyen las posibilidades de sufrir obesidad infantil, favorece el desarrollo dental, mejora el crecimiento cerebral, por lo que dentro del tema de investigación es considerado significativo ya que desde la lactancia materna se forman los hábitos alimenticios para el infante, por lo que mejorará y beneficiará los procesos cognitivo futuros.

1.3.5.3 Recomendaciones nutricionales para cada etapa

El **MINISTERIO DE SALUD DE ECUADOR. (2014)**. recomienda que: “a partir de los **6 meses**, los niños comienzan a desenvolverse motrizmente y estar más activos, por lo que necesitan más cantidad de alimentos, por eso, se debe empezar a complementar la leche materna, agregándole de a poco otros alimentos

diferentes, ¿Qué alimentos se pueden dar y cómo ofrecerlos?, se puede comenzar a darle al bebé una vez al día unas cucharaditas de papillas de cereales: arroz, fécula de maíz, harina de maíz, tapioca. Por ejemplo, arroz bien cocido y pisado con tenedor; zapallo, o purés de hortalizas, es aconsejable agregar en cada comida una cucharadita de aceite o manteca, como postre, se pueden ofrecer purés de pulpas de frutas maduras (manzana, banana, peras, durazno), bien lavadas y peladas, como bebida, lo ideal es el agua hervida y enfriada; también jugos de frutas naturales, colados y diluidos con un poco de agua,” (Pág.1).

Desde los 6 meses es necesario que el niño inicie un proceso de alimentación sólido, ya que es el período donde comienza a trabajar el área motriz gruesa, por lo que es recomendable ofrecer una dieta basada en el consumo de frutas, verduras, cereales, lácteos, carnes de manera balanceada y en cantidades menores, sobre todo debe prepararse a base de papillas mismas que son de mejor digestión para el infante, todo esto ayudará a un óptimo desarrollo tanto físico como mental, de esta manera los padres de familia contribuyen a que sus hijos estimulen sus áreas de interés.

- **De 7 y 8 meses**

El **MINISTERIO DE SALUD DE ECUADOR. (2014)**. menciona que “Los bebés ya necesitan realizar entre 2 y 3 comidas por día, además de leche materna, se pueden ir sumando otros alimentos para hacer más variada su comida, ¿Qué alimentos se les pueden dar?, además de los alimentos incorporados a los 6 meses, se les puede brindar,” (Pág.2).

- Papillas que tengan harina de trigo, sémola o fideos chicos y finos (por ejemplo, cabellos de ángel), avena, cebada, de vegetales como brócoli, zanahoria, acelga, vegetales de origen verde los cuales contienen nutrientes necesarios para el desarrollo cerebral y por ende cognitivo.
- Yema de huevo dura y aplastada, agregada a los purés y otras preparaciones.
- Papillas de legumbres bien cocidas, tamizadas y sin piel (arvejas, lentejas,

garbanzos, habas, etc.).

- cucharadas soperas de carne de vaca o ave bien cocida, desmenuzada, picada finamente o rallada.
- Postres con leche tales como flanes, cremas de maicena, arroz, coladas con leche y sémola con leche, cereales con leche y azúcar, se puede utilizar la leche materna para prepararlos.

Es muy importante darle todos los días una fruta y una verdura de color amarillo, anaranjado o verde oscuro, ya que son principales generadores de Vitaminas, Azúcares, Potasio necesarios para el organismo.

En esta etapa el niño necesita recibir por lo menos 3 comidas al día, estas se las debe ofrecer de manera equilibrada y respetando los horarios entre comida, lo principal que debe ingerir es papillas de cereales, vegetales, verduras, carnes frutas mismas que son una fuente directa de vitaminas, aminoácidos, hierro, indispensables para la formación y maduración de sus cuerpo y cerebro, de esta manera se previene virus, trastornos físicos, enfermedades como la obesidad, bulimia, anorexia, colesterol, diabetes.

- **A partir de 1 año, en adelante**

El **Ministerio de Salud de Ecuador. (2014)**, recomienda “La alimentación equilibrada se logra combinando alimentos de los 6 grupos básicos, ya que sólo en conjunto pueden proporcionar la energía y los nutrientes que el cuerpo humano necesita para crecer, desarrollarse y funcionar, ¿Qué alimentos ofrecer a los niños de esta edad?” (pág. 3)

- **CEREALES.-** (arroz, avena, cebada, maíz, trigo), sus **DERIVADOS** (harinas y productos elaborados con ellas: fideos, pan, galletas, etc.) y **LEGUMBRES SECAS** (arvejas, garbanzos, lentejas, soya): son fuente principal de hidratos de carbono y de fibra.
- **VERDURAS Y FRUTAS.-** en especial aquellas que ayudan el desarrollo cognitivo como el brócoli, col, acelga, zanahoria, rábano, espinaca entre

otras de origen de hojas verdes, y frutas de colores amarillo, verde, rojo.

- **LECHE, YOGUR, Y QUESO, CARNES, HUEVOS Y MARISCOS, ACEITES, FRUTAS SECAS, SEMILLAS Y GRASAS.-** son fuente principal de Energía y de Vitamina E.
- **AZÚCAR Y DULCES.**

A partir del 1 año de edad inicia una etapa en donde mayor énfasis se debe dar a la hora de alimentar a los niños, ya que es donde inicia el proceso de incorporar alimentos cocinados ya no en papillas, ya que desarrollan la digestión de su organismo y se asimilan de mejor manera los nutrientes derivados de las porciones de alimentos que ingiere, es recomendable cocinarlos al vapor ya que no pierden su valor nutricional, las legumbres, hortalizas y frutas tienen que ser utilizadas en toda la preparación de los alimentos, anteriormente señala el Mi misterio de Salud una serie de alimentos que son fuente principal de hidratos de carbono, vitaminas, minerales, potasio, magnesio entre otras por lo que es aconsejable que los padres, maestros y personal de los C.I.B.V se capaciten y auto preparen en temas de alimentación, salud, nutrición para que tengan conocimiento y puedan brindar al niño una alimentación nutritiva y sana la que ayudará directamente en las funciones cognitivas.

1.3.5.4 Crecimiento y alimentación

Según el Doctor ALVAREZ, Rafael. (2005). “Son varios los factores que determinan el crecimiento y la talla definitiva de un niño. El factor genético (la herencia) influye en gran forma pero no debemos olvidar la importante relación que existe entre crecimiento y alimentación, está demostrado que una dieta hipocalórica (pocas calorías) severa llevada a cabo sin el control del médico o nutricionista, altera el crecimiento en dos etapas: si la malnutrición dura poco tiempo, el retraso de crecimiento se recupera tan pronto como se vuelva a una alimentación adecuada. En cambio, si el déficit alimentario se prolonga por más tiempo, la fase de

recuperación no se produce aunque se restablezca la dieta equilibrada con un suplemento”, (Pág. 222).

Las consecuencias de la malnutrición son especialmente severas si esta se produce en edades muy tempranas. Es importante tener en cuenta tanto la provisión de nutrientes para un adecuado crecimiento y desarrollo, como también para iniciar la prevención de trastornos en la adultez, la enseñanza de una correcta alimentación desde la niñez, con el transcurso del tiempo genera hábitos alimentarios que acompañan al individuo durante toda la vida.

- **Crecimiento y desarrollo del niño y la niña.**

La **Organización Mundial de la Salud en su publicación (2014)** explica que “el crecimiento del bebé, desde su nacimiento, depende de factores hereditarios, genéticos, nutricionales y se mide con tres valores: peso, talla y perímetro craneal, un valor puntual no puede valorar bien el crecimiento del niño, lo más importante es ver cuál es la evolución de estas medidas en el tiempo, para realizar esta valoración a largo plazo, el pediatra utiliza las Tablas de crecimiento. Son gráficas (las hay de niños y de niñas) que nos permiten ver cómo está el bebé respecto al resto de los niños de su misma edad”, (Pág. s/n).

El crecimiento de los niños y niñas desde sus primeros meses y años de vida debe ser controlado y monitoreado cada cierto tiempo, ya que esto es un mecanismo directo y de referencia para verificar el estado de crecimiento de los infantes, puesto que existen tablas de percentiles en donde se pueden ilustrar y evaluar las medidas y peso según las edades.

En caso de existir bajos niveles de crecimiento el pediatra pueda dar tratamiento oportuno, para evitar complicaciones en su salud, el niño y la niña crecen de manera acelerada pero no igual, es por ello que la Organización de la salud establece un límite de peso según la edad tanto del niño y la niña para que se pueda tener como base y desde ahí se puedan ser evaluados, a sabiendas que esto está estrechamente relacionado al proceso enseñanza aprendizaje y desarrollo cerebral del párvulo.

Tabla de crecimiento (Peso, talla, perímetro craneal del NIÑO)

EDAD	PESO MEDIO	TALLA	PERIMETRO CRANEAL
6 meses	8 kg	67 cm	44 cm
9 meses	9.2 kg	72 cm	46 cm
12 meses	10.2 kg	76 cm	47.3 cm
15 meses	11.1 kg	79 cm	48 cm
18 meses	11.8 kg	82.5 cm	48.7 cm
2 años	12.9 kg	88 cm	49.6 cm
3 años	15.1 kg	96.5 cm	-
4 años	16.07 kg	100.13 cm	-

Fuente: guiainfantil.com investigación tomada de la Organización Mundial de la Salud

Tabla de crecimiento (Peso, talla, perímetro craneal de la NIÑA)

EDAD	PESO MEDIO	TALLA	PERIMETRO CRANEAL
6 meses	7.3 kg	65 cm	42.8 cm
9 meses	8.6 kg	70 cm	44.7 cm
12 meses	9.5 kg	74 cm	46 cm
15 meses	11 kg	77 cm	46.7 cm
18 meses	11.5 kg	80.5 cm	47.3 cm
2 años	12.4 kg	86 cm	48.2 cm
3 años	14.4 kg	95 cm	-
4 años	15.5 kg	99.14 cm	-

Fuente: guiainfantil.com investigación tomada de la Organización Mundial de la Salud

En las tablas anteriores se puede evidenciar claramente el peso, talla y perímetro craneal que debe alcanzar el niño y la niña a medida que va creciendo, para

ayudar a que se desarrolle, es necesario alimentarlos de manera equilibrada, no se debe permitir el consumo de alimentos que contengan bajo nivel nutricional, como golosinas y productos etiquetados, ya que son los que perjudican el crecimiento físico y mental del niño y la niña, además es necesario llevarlos periódicamente a los controles médicos, puesto que son una ayuda al momento de detectar trastornos y alteraciones en la etapa de crecimiento.

1.3.6 GRUPOS DE ALIMENTOS Y ELABORACIÓN DE DIETAS

1.3.6.1 Definición

Los autores **VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005)**. “Son 7 grupos de alimentos, cada grupo es importante para proporcionar los nutrientes esenciales y la energía que pueden apoyar el crecimiento normal de los niños y niñas, y la buena salud,” **(Pág. 64)**.

Los grupos de alimento se dividen de acuerdo a las necesidades energéticas y nutritivas que el ser humano necesita, a medida que va creciendo, estos grupos han sido orientados de acuerdo a la situación geográfica en la que se encuentra determinada población, tanto las frutas, verduras, cereales, carnes y más son una fuente principal de nutrientes, los que ayudan a desarrollar el metabolismo físico, mental cognitivo, al mismo tiempo estimulando correctamente su crecimiento, especialmente en los C.I.B.V, que es donde existen un vínculo directo con la alimentación ya que reciben 3 porciones diarias, es necesario que se tome en cuenta estos grupos de alimentos para garantizar que el párvulo este recibiendo la ingesta adecuada de sustancias sanas y nutritivas.

1.3.6.2 Alimentos

- **Productos lácteos**

Los autores **VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005)**, manifiestan que los productos lácteos: “aportan proteínas, sales de calcio, fósforo y vitaminas A y D,

están en el tercer escalón y son; Leche baja en grasa, yogur, queso, y el helado de leche. La leche de soya fortificada con calcio,” (Pág. 64).

Los lácteos, tienen que ser bajos en grasa y se debe consumir por lo menos 4 veces a la semana, en la etapa pre escolar es importante incluir en la lonchera diaria.

- **Cereales**

Según VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005), los cereales “entregan al organismo hidratos de carbonos y algunas vitaminas, son alimentos energéticos y cumplen por lo tanto una función energética, son además ricos en minerales, vitaminas del grupo B, proteínas vegetales y fibra, se ubican en la base de la pirámide, y son ; Granos enteros: arroz integral, trigo integral, harina de avena, palomitas de maíz, cebada de grano entero, harina de maíz integral, centeno integral, pan integral, galletas de trigo integral, pasta de trigo integral, tortillas de trigo integral, arroz, en su mayoría hechos de granos refinados, sin embargo, algunos pueden ser de granos enteros, pan de maíz, tortillas de maíz, galletas, tortillas de harina, pasta, pan ,” (Pág. 64).

Todos los cereales son una fuente importante de vitaminas para el organismo, hay que aprovechar de cada uno de ellos según la temporada.

- **Vegetales**

Para los autores VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005), manifiestan que los vegetales “Aportan las vitaminas A y C y sales minerales, la función que cumplen es reguladora. Junta a las frutas, ocupan el segundo escalón de la pirámide y son; Vegetales verde oscuro: col china, brócoli, col rizada, espinaca; Vegetales rojos y naranja: zapallo, zanahorias, calabaza, pimientos rojos, tomates, jugo de tomate; Vegetales con almidón: maíz, guisantes, patatas; Otros vegetales: alcachofas, espárragos, aguacate, remolacha, coles de Bruselas, repollo, coliflor, apio,

pepinos, berenjenas, pimientos verdes y rojos, jícama, hongos, cebollas, arveja,” (Pág. 64).

Los vegetales también son imprescindibles en una dieta diaria, misma que es necesaria para el pre escolar, ya que contienen nutrientes que van equilibrando el desarrollo físico y mental, suelen ser un poco agradables para los niños pero si se consigue un buen hábito alimenticio y se presentan los platos de manera atractiva y creativa se va a ir generando costumbre y gusto de servirse los vegetales.

- **Legumbres**

Los Autores VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005), dicen que “Las legumbres (sustituto de la carne) aunque tradicionalmente formaron parte de los cereales, son la fuente principal de proteínas de origen vegetal, son: las arvejas, porotos, garbanzos, lentejas, chauchas, habas, alfalfa,” (Pág. 64).

Deben ser incluidas en la dieta diaria de los escolares, es un buen sustituto de las carnes, además si se considera de esa manera se evita la ingesta innecesaria de grasa que pueden contener ciertas carnes.

- **Fruta y Frutos secos**

Para VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005), indican que las frutas “Aportan vitaminas y minerales, también su función es reguladora, y son; Manzanas, bananas, fresas higos, 100% jugos de frutas (sin azúcar), toronja, uvas, kiwis, mangos, melones, sandías, naranjas, papayas, duraznos, peras, piña, pasas, ciruelas, carambolas, mandarinas. Muchos de estos se pueden ofrecer también como frutas secas,” (Pág. 64).

Las frutas son consideradas ricas en vitaminas, minerales y fuente directa de energía y agua, se las puede servir de manera natural, es decir no necesitan cocción, y son agradables para los niños, Ecuador y la Provincia de Cotopaxi son

sectores privilegiados ya que se puede encontrar fruta de temporada en todas las estaciones del año, es recomendable incluirlas principalmente en porciones a la hora del desayuno.

- **Carnes**

Según **VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005)**, “Este grupo posee proteínas de alto valor biológico, sales de hierro y vitaminas del grupo B. Es la única fuente de la vitamina B12. También grasas saturadas y colesterol y son; Aves de corral, cortes magros de carne de res, ternera, cerdo, jamón y cordero, embutidos reducidos en grasa, Mariscos, (Pescado: el salmón, la trucha y el arenque son ricos en ácidos grasos omega-3, almejas, cangrejo, langosta, mejillones, pulpo, ostras, calamares, atún enlatado), Huevos,” (**Pág. 64**).

Las carnes y sus derivados son muy necesarias para los niños, estas favorecen su crecimiento son fáciles de prepararlas y se encuentran en el mercado todo el tiempo, una de las ventajas de vivir en el campo y en sectores rurales es que nunca faltaran animales menores como pollos, pavos los cuales pueden ser empleados en la alimentación familiar así como también huevos, mariscos para los del sector costero.

- **Grupo de las Grasas y Azúcares**

Según el autor **ORREGO, Enrique (2011)**, “Este grupo lo componen los aceites, margarinas, mantecas y grasas, es la fuente más concentrada de calorías, aportan ácidos grasos esenciales que el organismo no puede fabricar, y es utilizado en el funcionamiento y mantenimiento de células y tejidos, los cuerpos grasos de origen vegetal consumidos con prudencia no sólo no son malos sino que son necesarios y aun convenientes, ya que en particular los de este tipo están relacionados con niveles elevados de colesterol "bueno", estos son: aceites vegetales de maíz, soya, uva o girasol, la manteca tampoco es recomendable para su fritura, y las margarinas (de origen vegetal) ,” (**Pág. s/n**).

Las grasa y los azúcares son tan necesarios para el organismo, muchos sostiene que las grasas son fuente principal de la obesidad y el colesterol malo, la verdad no es así, con un auto control es muy beneficioso para la salud ya que ayuda al funcionamiento de las células y los tejidos por lo que es beneficioso para el desarrollo del niño y la niña.

El Colesterol LDL o malo en exceso son: Manteca, frituras, fiambres, carnes grasas, yema de huevo, grasas animales, grasas saturadas (galletitas rellenas, tartas, se utiliza grasa vacuna). Colesterol HDL o bueno: Pescado, aceite vegetal, vegetales y legumbres, carnes, clara de huevo, cereales y derivados.

Las grasas sin un control adecuado puede generar problemas en el metabolismo ya que si no existe actividad física es probable que el organismo no pueda sacar el exceso de grasa que ingresa al cuerpo el colesterol Bueno no es perjudicial para la salud ya que se lo generó de la ingesta de vegetales, legumbres, carnes, cereales, pero el colesterol malo es lo que conlleva a la obesidad ya que es formado por las frituras y grasas saturadas.

1.3.6.3. Pirámide de los alimentos para niños y niñas.



Fuente:
http://kidshealth.org/parent/en_espanol/nutricion/habits_esp.html#ministeriodesañude/educacion.

En **La Guía Ser Padres publicada en el (2010)** “La Pirámide de los alimentos es un gráfico que indica, de manera simple, qué alimentos debemos incluir en nuestra alimentación y en qué cantidades para tener una dieta sana y equilibrada,” (Pág. s/n).

Es gran instrumento de apoyo que es la Pirámide alimenticia infantil ya que están establecidas porciones, y tipos de alimentos que el niño y la niña deberán ingerir al día y la semana, tomando en cuenta que no se puede exceder el consumo de cada grupo por ejemplo el de grasas se lo debe hacer de manera ocasional para garantizar un mejor desarrollo cognitivo.

1.3.6.4 Elaboración de dietas

La autora **RISO, María. (1996)** “La niñez es la etapa de mayor desarrollo físico, intelectual y psíquico, la alimentación juega un rol esencial en este ciclo de la vida, la incorporación de micro y macro nutrientes en las dietas de los niños reforzarán el desarrollo integral, por ello es necesario realizar menús para dietas infantiles, que ayuden a fortalecer tanto su cuerpo como su mente” (Pág. 22).

Siendo la niñez una etapa de cambios tanto físicos como cerebrales se considera importante que la familia ofrezca al niño alimentos ricos en nutrientes naturales, mismos que ayudaran a fortalecer sus capacidades cerebrales y administrar las sustancias que el cerebro necesita para su formación, es prudente desde el primer año de vida hacer que el infante adquiriera buenos hábitos alimenticios.

Al momento de iniciar con la elaboración de Dietas es necesario tomar en cuenta que no es un proceso tan fácil por lo que requiere de mucha paciencia y adquirir por lo menos conocimientos básicos en el tema de nutrición infantil, grupos de alimentos y demás aspectos, es evidente que si ayudan a los niños a tener un proceso adecuado de nutrición su vida y su desempeño escolar.

1.3.6.5 Modelo de Dietas por edades

- **DE 1 AÑO DE EDAD**

Según **PEÑA, L. (2002)**, Manifiesta que “A esta edad, se debe darle al bebé leche entera en lugar de leche materna o maternizada (fórmula), el bebé obtendrá la mayor parte de su nutrición de carnes, frutas y verduras, panes y cereales y lácteos, puede verificar que el niño o niña, obtenga todas las vitaminas y minerales que necesita, ofreciéndole una variedad de alimentos, comenzará a gatear y caminar y a ser mucho más activo, comerá cantidades más pequeñas a la vez, pero con más frecuencia (4 a 6 veces al día), a esta edad, su crecimiento se hace lento, no duplicará su talla como lo hizo cuando era un bebé” (**Pág. 12**).

Desde el primer año de vida inicia una etapa en donde el niño está en constante movimiento, los requerimientos de leche materna ya no contribuyen todos los nutrientes que el infante necesita por lo que es necesario implementar paulatinamente el consumo de alimento sólidos como verduras, lácteos, carnes.

- **EL NIÑO PREESCOLAR**

Para **PEÑA, L. (2002)**, “En esta etapa de la vida, el niño debe consumir, entre 1400 y 1600 calorías, distribuidas de la siguiente manera: grasas 30%, proteínas 20%, Hidratos de carbono 60%, la alimentación debe repartirse en 5 comidas diarias: 3 comidas principales y 2 refrigerios de donde el desayuno cubre el 25%, Almuerzo 30%, Merienda 15%, Cena 30%, a continuación se detalla la importancia.” (**Pág. 13**).

- **Desayuno:**

Es una de las comidas más importantes del día. Debe cubrir el 25% de las necesidades nutricionales diarias. Si un niño no desayuna, no tendrá suficiente energía; su salud y desempeño intelectual serán deficientes, debe incluir: productos lácteos (vaso de leche, yogur, o ración de queso), cereales, galletas o tostadas, frutas (en pieza entera o en jugo), es necesario variar el tipo de desayuno

para que el niño no se canse de comer siempre lo mismo y aprenda a comer de todo un poco.

- **Almuerzo:**

Constituye aproximadamente el 30% de las necesidades nutricionales, puede estar compuesto por dos platos o por un plato único, se debe incluir alimentos de todos los grupos; cereales y tubérculos (pan, pasta, arroz o papas), verduras, alimentos proteicos (carne, pescado, huevo), fruta, lácteos

- **Cena:**

Antes de llevar al niño a dormir se le puede ofrecer un vaso de leche o un yogur.

- **Refrigerios:**

Entre las comidas principales se dará 2 refrigerios al niño: uno por la mañana y el otro por la tarde, es importante proporcionar alimentos de calidad como frutas (en pedazos, jugos o ensaladas sin azúcar), galletas de cereales o lácteos. Se consideran etapas en el día adecuadas e imprescindibles para la alimentación por lo que es necesario tomarlas en cuenta y establecer un menú diaria con la ingesta adecuada de nutrientes que mejoren significativamente el proceso mental, además se deben respetar las horas establecidas para la alimentación, en la mañana, media mañana, tarde, media tarde y cena, al momento de comer se lo debe hacer en el área seleccionada para los alimentos en el comedor todo a vez de que el niño se vaya familiarizando con su entorno, otra cosa principal es ocupar los utensilios de cocina adecuadamente es decir cucharas servilletas, enseñarle al infante a coger correctamente cada uno de los utensilios.




1.3.6.6 Los menús para dietas infantiles deben incluir:

RISO BAESA, María Mercedes, (1996) “Lácteos: 3 raciones diarias (2 vasos de leche entera diaria) más una porción de queso.

- **Huevo:** 3 huevos enteros por semana, clara de huevo todos los días.
- **Carne:** 2 porciones diarias de carne (2 veces en la semana pescado, 2 veces en la semana pollo, 3 veces en la semana carne de ternera).
- **Vegetales:** De 3 a 5 raciones diarias. Tanto crudas como cocidas.
- **Frutas:** 3 raciones diarias, de las cuales 1 tendría que ser un cítrico.
- **Legumbres:** 1 ración, pueden reemplazar a la carne o huevo.
- **Grasas:** Aceite de maíz, uva, girasol, oliva como condimento. Tratar de evitar las frituras. Mantequilla, margarina esporádicamente.
- **Azúcares:** Sólo para endulzar té o leche.
- **Dulces:** Esporádicamente.
- **Bebidas:** La mejor bebida es el agua, si por alguna razón esta no es aceptada, optar por los zumos, licuados” (Pág. 23).

Esta selección de alimentos deben formar parte de las dietas para niños, cada uno de ellos aporta los nutrientes, proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas y minerales, necesarios para un crecimiento óptimo tanto desde lo físico como lo intelectual.

- **Modelo de Menú para el pre escolar**



Menú semanal de


	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno							
Comida							
Merienda							
Cena							

Fuente: <http://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/menu-semanal-infantil-para-aprender-a-comer-sano/>

1.3.7 IMPLEMENTACIÓN DE HUERTOS ORGÁNICOS INFANTILES

Según el **MAGAP Cotopaxi. (2013)**. “Las prácticas agrícolas industrializadas y con alto impacto ambiental han conducido el deterioro de la calidad nutricional de los alimentos, así como a la pérdida de la relación armónica del ser humano con la naturaleza. La mayoría de productos que se cultivan en el país tienen altos niveles de contaminación, debido al uso indiscriminado de agroquímicos, situación que afecta la salud de los consumidores, principalmente de los niños” (**Pág. s/n**).

Por esta razón, es necesario y oportuno crear Huertos Infantiles orgánicos en los **C.I.B.Vs**, especialmente del cantón Pujilí, de manera sencilla y práctica enseñar a preparar la tierra, crear semilleros, sembrar, elaborar remedios botánicos, generando al mismo tiempo en el infante el hábito de la responsabilidad, así como de una alimentación saludable, y sobre todo concientizar al colectivo al cuidado de la naturaleza, así como también indicar cuales son las verduras, frutas indispensables para el óptimo desarrollo cerebral y físico, las cuales garantizaran que el niño y la niña se alimenten adecuadamente desde la primera infancia, promoviendo un buen desempeño dentro de las actividades escolares.

1.3.7.1 ¿Qué es un huerto orgánico?

MAGAP Asesoría técnica. (2013). argumenta que “El huerto orgánico es un sistema de cultivo de hortalizas, en el cual se trabaja de acuerdo a los principios de la naturaleza. Mientras que en la agricultura tradicional hoy en día se trabaja según el sistema: “¿Qué puedo exigir de la tierra?”, el huerto orgánico pertenece a la agricultura ecológica que funciona según el sistema: “¿Qué me puede dar la tierra?” ” (**Pág. s/n**).

Un huerto infantil es un espacio de cultivo en donde se puede sembrar principalmente hortalizas de manera orgánica libre de abonos químicos, en donde se interactúa con la comunidad, familia, estudiantes, niños en etapa escolar, los cuales se convierten en protagonistas de sembrar de manera directa semillas que luego se convertirán en alimentos ricos en vitaminas y minerales, cabe recalcar que primero se necesita limpiar el área de siembra, capacitarse sobre temas de

horticultura, manejo y riego de hortalizas, además para el niño se convierte en un proceso educativo en el que interactúa y asume roles dentro del huerto infantil, para realizarlo con niños es necesario tomar el grupo etario más grande ya que entienden de mejor manera el proceso y se desenvuelven adecuadamente.

MAGAP Asesoría técnica (2013), menciona que “Cultivar hortalizas de forma ecológica significa:

- no destruir la tierra;
- utilizar los restos vegetales que generamos en el hogar o el colegio;
- no usar pesticidas químicos sintéticos para controlar plagas y enfermedades;
- no acelerar el crecimiento con fertilizantes químicos u hormonas;
- mantener y promover la diversidad biológica (variedad de cultivos);
- mejorar el suelo, utilizando compost natural y rotando los cultivos” (**Pág. s/n**).

Hacer un huerto orgánico es una forma muy simple, efectiva y divertida de cultivar hortalizas, sin mayores esfuerzos ni maquinaria, lo que se necesita es el apoyo de todos los que deseen involucrarse al proceso, además el cultivo se lo hace de manera orgánica y sencilla todo mundo puede realizarlo siempre y cuando cuenten con un espacio de tierra para ejecutar el proceso de siembra, cultivo, y cosecha.

1.3.7.2 ¿Por qué hacer un huerto orgánico?

BEJARANO, M., (2005), deduce que el huerto para la familia: “el huerto orgánico significa:

- Tener siempre hortalizas frescas
- Tener productos sanos, sin enfermedades, riesgos de infección ni pesticidas
- Ahorrar dinero
- No dañar al medio ambiente

Para el barrio o la comunidad (si es que se hará en forma colectiva) significa:

- Tener un espacio y una actividad para compartir con otros
- Tener un espacio y una actividad para aprender a organizar y planificar
- Tener un espacio y actividad que embellece o por lo menos enverdece el entorno.
- Traer el campo a la ciudad, creando áreas verdes productivas.

Para el escolar, además de estas ventajas, un huerto orgánico significa:

- Tener un espacio para el aprendizaje de los alumnos
- Entregar una oportunidad a los alumnos para trabajar la tierra y conocer la naturaleza de cerca
- Tener un lugar donde se puede practicar la protección de la naturaleza directamente.
- Para cada individuo un huerto orgánico también puede significar:
- Tener una posibilidad de "terapia" beneficiosa, por ejemplo para combatir el estrés” (**Pág. 18**).

Para la familia, el barrio, la escuela tener un huerto orgánico es tener al alcance verduras frescas y sanas libres de químicos, compartir momentos de minga y unión familiar, escolar y con los vecinos, aportar con conocimientos al grupo, aprender más sobre temas de cultivo, también es una manera de relajarse, haciendo cosas innovadoras y nuevas que mejoren la salud y desarrollo cognitivo del niño, además puede optimizar condiciones económicas en la familia ya que se puede utilizar la idea como una iniciativa productiva; realizarlo en la escuela especialmente en los centros infantiles significa conocer del medio natural, trabajar en equipo, valorar la naturaleza, identificar cuáles pueden ser los vegetales que puede consumir para desarrollar el cerebro por ende el área cognitiva, es un buen momento para que el docente aplique actividades de aprendizaje relacionadas al tema de Horticultura.

1.3.7.3 ¿Dónde se puede construir un huerto orgánico?

BEJARANO, M. (2005), señala que: “El huerto orgánico se puede ubicar en cualquier espacio con tierra, por más chico que sea. Idealmente, tendría que ser un

lugar que reciba sol, que cuente con una protección mínima contra "extraños" y que tenga posibilidad de riego (es decir agua cerca). No es necesario que el suelo sea de buena calidad, porque se mejorará en el camino" (Pág. 19).

Para realizar un huerto infantil solo hace falta creatividad y la predisposición de llevar a cabo el proceso, en Ecuador y especialmente en localidades de la provincia de Cotopaxi en común encontrarse con un espacio de tierra, especialmente en sectores rurales, por ejemplo dentro del cantón Pujilla existen gran cantidad de terrenos que todavía no son aprovechados para el cultivo mismos que proviene de familias con niños en instituciones educativas, de ahí puede partir la creatividad del docente para realizar talleres teórico prácticos y cultivar huertos infantiles con la colaboración de la familia.

1.3.7.4 ¿Cómo se hace un huerto orgánico pedagógico?

Para **BEJARANO, M. (2005)**. "El huerto orgánico infantil, se basa en la construcción de las llamadas camas, estas pueden ser redondas, rectangulares con patas, las que son pedagógicas y aconsejables para el trabajo con niños, que es una forma para preparar el suelo, para eso, en primer lugar se necesita juntar todo tipo de material orgánico, restos de verduras y frutas no cocidas, pasto seco y fresco, hojas y otros restos del jardín, cascaras de huevos, corontas de choclo (éstas sí pueden ser cocidas y se pueden agregar enteras), flores marchitadas y humus" (Pág. 19).

Previo a iniciar el proceso de siembra es necesario preparar de manera natural el espacio de tierra destinado para el huerto infantil ya sea en camas redondas, rectangulares lo importante es que cubra el perímetro deseado para el cultivo y los niños puedan sentirse a gusto, seguidamente es necesario conseguir abono de animales, especialmente el humos ya que considerado completo en cuanto tiene que ver a nutrientes para el suelo, es aconsejable permitir que los niños aporten desde este proceso para ello se les enviara a recolectar cascara de huevos, de frutas, vegetales, hojas secas esto será muy motivante para el párvulo y no querrá perderse ningún detalle de la construcción del huerto infantil.

1.3.7.5 ¿Qué, cómo y cuándo sembramos?

Según **BEJARANO, M. (2005)**, señala que: “Idealmente hay que dejar descansar la cama unos 15 días después de su construcción, pero no es estrictamente necesario. La siembra se puede hacer de dos formas, en almácigo, para luego trasplantar las plantitas a la cama, o en forma directa en el lugar donde se quedará la planta, la mejor forma para una determinada hortaliza, está indicada en el envase de las semillas” (**Pág. 19**).

Lo que se puede sembrar en definitiva dentro del huerto orgánico es verduras que puedan ser cultivadas en el sector, para ello se sugiere esperar unos 15 días hasta que el abono añadido al espacio del huerto tome forma y se mezcle con la tierra.

BEJARANO, M. (2005). señala que: “En el huerto orgánico es muy importante tener plantaciones mixtas, es decir una mezcla de cultivos, para evitar enfermedades y optimizar el espacio, se puede sembrar: Brócoli, Apio, Cebolla, Lechuga, Tomates, Puerro, Zanahoria, Arveja, Cilantro, Romero, Salvia, Orégano, Papa, Maíz, Repollo, Zapallos, Pepino, Arveja, Col, Rábano, Brócoli, Espinaca, Fréjol, algunas plantas aromáticas y ruda para evitar los insectos” (**Pág. 19**).

En el huerto infantil se puede cultivar toda clase de hortalizas y verduras que den en el medio, es necesario realizar antes una lista de alimentos a cultivar con la ayuda de pictogramas para que los niños se vayan relacionando con los productos, es importante manejar de manera cuidadosa las semillas ya que los niños pueden manipularla y comerla lo que sería perjudicial para su salud.

1.3.7.6 ¿Cómo cuido mi huerto?

En la **Revista Programa Niños Saludable. (2003)**. se menciona que: “El riego debe realizarse en forma suave, de preferencia se riega el suelo, no las plantas (son las raíces que absorben el agua, no las hojas), una forma muy eficiente para los pre escolares es colocando una botella de bebida desechable, con perforaciones finas en un lado, se enriquece la tierra regularmente (por lo menos una vez al año) con compost o abono compuesto, que se esparce encima de la

tierra, para evitar que los pájaros se coman las semillas, se pueden colocar tirantes a los cuales cuelgan pedazos de plástico colorido o papel de aluminio” (Pág. 3).

Este es uno de los procesos en que se debe aprovechar al máximo al niño, logrando que interactúe y profundice el tema y los objetivos a los que se pretende llegar con el mismo, lo cual será muy divertido para el niño y niña, a medida que se van desarrollando los pasos del huerto orgánico, se va entendiendo la importancia de su cultivo y cuidado, el infante va a conocer la gran importancia de consumir alimentos frescos nutritivos y cuidados por sus manos, al mismo tiempo que mejorara su proceso de nutrición y a su vez el desarrollo cognitivo del niño enmarcado en sus áreas de interés, todo ello muy beneficioso para su crecimiento y futuro desempeño en su medio biopsicosocial tomando en cuenta los contextos de desarrollo del mismo.

CAPÍTULO II

2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1 CARACTERIZACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

Reseña Histórica de la Institución

CENTRO INFANTIL DEL BUEN VIVIR “Las Gardénias”



Parte interior y exterior del CIBV.

El 23 de marzo de 2007 el Consejo Nacional de la Niñez y la Adolescencia, integrado por los Ministerios de Inclusión Económica y Social, Educación, Salud Pública y Relaciones Laborales, presentó ante la sociedad ecuatoriana la Agenda Social de la Niñez y Adolescencia. “Juntos por la equidad desde el principio de la vida 2007–2010”

Este documento se constituyó en el instrumento de política pública, que estableció las prioridades de acción de las entidades que conforman el Sistema Nacional, por lo que se consideró, el trabajo coordinado entre Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), el Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Pujilí y moradores de la urbanización “LA GARDÉNIAS”, cantón Pujilí, permitió que se inaugure un centro Infantil del Buen Vivir en este lugar, el terreno lo donó

una familia del sector “Las Gardénias”, la edificación el Gobierno Municipal y el funcionamiento (alimentación, pago a asistentes de cuidado, profesional parvulario, material fungible) el MIES. Con esta trilogía se entregó al servicio de la población de esta parte norte del cantón, un nuevo Centro de Desarrollo Infantil del Buen Vivir (CIBV), que atenderá a 35 **niños**, niñas, con **4 asistentes** de cuidado y **1** coordinadora o técnica de desarrollo infantil.

Objetivo

Garantizar conjuntamente con familias, educadoras comunitarias y comunidades, la Protección Integral de niñas y niños de 0 a 5 años en los sectores menos atendidos, desde el ejercicio, la restitución y exigibilidad de derechos

Visión

Atención integral infantil, encargada al Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), organismo rector de las políticas de niñez y adolescencia, competencias otorgadas al CIBV “Las Gardenias”

Misión

Ser una institución Educativa, que se rija a los parámetros del buen vivir referente del trabajo en Red para la inclusión social, dentro del cantón Pujilí.

2.2 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS DE LA ENTREVISTA DIRIGIDA A LA LIC. COORDINADORA DEL C.I.B.V, “LAS GARDÉNIAS”

1. ¿Qué es Dietética Infantil?

RESPUESTA: “La forma de alimentación de los niños y niñas, su nutrición que debería ser equilibrada”.

2. ¿Es una de sus funciones promover buenos hábitos alimenticios dentro de la Unidad de Atención?

RESPUESTA: “Sí. Se los promueve estableciendo horarios y actividades que puedan motivar a nuestros niños a consumir todos los alimentos”.

3. ¿Permite que el infante consuma alimentos de bajo nivel nutricional dentro del C.I.B.V?

RESPUESTA: “No. Se les ha pedido a los PP.FF que no envíen a sus hijos con golosinas ya que perjudican su Jornada Diaria, sin embargo les siguen enviando”.

4. ¿Dentro de la organización del C.I.B.V se ha establecido horarios y lugares para servirse los alimentos?

RESPUESTA: “Comúnmente reciben 4 alimentaciones al día, los cuales se han generado hábitos y horarios como, 10H00 refrigerio, 12:00 almuerzo, 3:00 alimentos de media tarde. 4:00 su fruta, ellos saben y respetan esos espacios y horarios”.

5. ¿Los Niños y niñas del CIBV “Las Gardénias” cuentan con un programa de alimentación nutritiva que considere las comidas fundamentales y refrigerios?

RESPUESTA: No, por el momento se ha pedido ayuda al GAD y MIES.

6. ¿Cree usted que el crecimiento y desarrollo individual del párvulo, está relacionado con el tipo de dietética nutricional que se ingiera?

RESPUESTA: “Claro, una buena alimentación y dietética favorece el desarrollo del infante en casa y sus aprendizajes”

7. ¿El desarrollo Cognitivo fortalece el buen desempeño y rendimiento escolar dentro del C.I.B.V?

RESPUESTA: “Sabemos que si puesto que es una de las áreas que más necesita de estimulación”.

8. ¿Incluye en su jornada diaria actividades que estimulen a mejorar el apetito y consumo de alimentos producidos en el sector, que mejoren y fortalezcan el área cognitiva del niño y la niña?

RESPUESTA: “Rara vez ya que se interactúa con el niño en las demás áreas, sin duda hace falta mayor refuerzo en este tema”.

9. ¿Qué es un huerto Infantil?

RESPUESTA: “En espacio proporcionado de tierra sembrar y cultivar legumbre, frutas, verduras, dentro del CIBV”

10. ¿Estaría de acuerdo en que se cree un Huerto Infantil dentro de su unidad de atención?

RESPUESTA: “Por supuesto, esto ayudaría a crear mejores hábitos alimenticios en el niño, además de permitir que a temprana edad se conozca sobre la importancia de una buena alimentación dentro de su desarrollo”.

2.2.1 INTERPRETACIÓN DE LA ENTREVISTA APLICADA A LA COORDINADORA DEL CENTRO INFANTIL, “LAS GARDENIAS”.

La coordinadora del centro infantil, conoce empíricamente sobre temas relacionados a Dietética infantil, hábitos alimenticios, y la incidencia que estos tiene en la estimulación del área cognitiva, pero hace énfasis en que la alimentación en los niños y niñas debería ser equilibrada, por lo que dentro de la unidad de atención tratan de enseñar teóricamente a mejorar hábitos alimenticios.

Sobre la comida chatarra explica que en lo posible se controla que los infantes no lleven comida etiquetada o chatarra al C.I.B.V, por otro lado se establecieron horarios para la alimentación, pero todo el personal desconoce directamente sobre programas de nutrición dirigidos a los niños, solo es por experiencia ya que son madres de familia, además no tiene conocimiento claro de la importancia que tiene la dietética dentro del crecimiento y desarrollo cognitivos, y sobre el huerto infantil manifiesta que ayudaría a que conozcan sobre la importancia de una buena alimentación.

Por lo antes señalada es de vital importancia tomar medidas que solucionen este gran problema ya que si no se alimentan adecuadamente pueden tener trastornos en el desarrollo físico y cerebral, a la unidad de atención asisten niños en su mayoría provenientes de familias de escasos recursos económicos, por lo que se concluye que el personal de cuidado infantil debe contar con capacitaciones relacionados a temas de nutrición y desarrollo cognitivo.

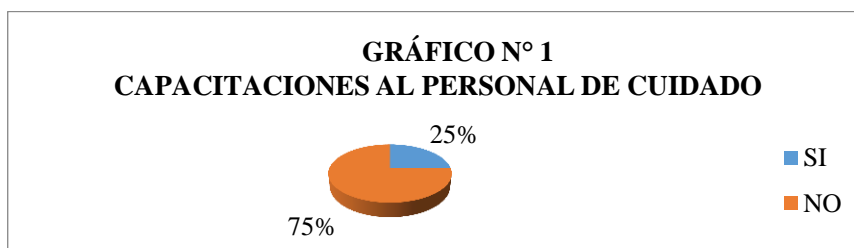
Además es necesario planificar actividades lúdicas de aprendizaje que permitan que el niño conozca e identifique los alimentos que le van ayudar a su desarrollo en donde se creen espacios que generen hábitos alimenticios adecuados para su crecimiento, además como el C.I.B.V está en sector rural y cuentan con espacio de terreno se podría implementar un huerto infantil mismo que al ser creado será una gran herramienta de educación alimentaria, permitiendo que los niños interactúen con la naturaleza, conozcan el proceso, se capaciten la familias, y sobre todo se estimule de mejor manera el desarrollo cognitivo del niño mediante el cual podrán desenvolverse de mejor manera en el medio biopsicosocial en el que habitan.

2.3 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS DE LA ENCUESTA APLICADA A LAS SEÑORAS ASISTENTAS DE CUIDADO DEL CENTRO INFANTIL DEL BUEN VIVIR “LAS GARDÉNIAS”.

1.- El MIES o G.A.D local, realiza capacitaciones con frecuencia al personal de cuidado, sobre temas enfocados a la nutrición infantil?.

TABLA N°1		
CAPACITACIONES AL PERSONAL DE CUIDADO		
INDICADORES	FRECUENCIA	%
SI	1	25%
NO	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos de esta investigación, el 75% de madres asistentes afirman que el MIES o GAD local, no realizan capacitaciones al personal de cuidado, sobre temas enfocados a la nutrición infantil, por otro lado el 25%, informa que las instituciones competentes si realizan charlas de capacitación.

Interpretación

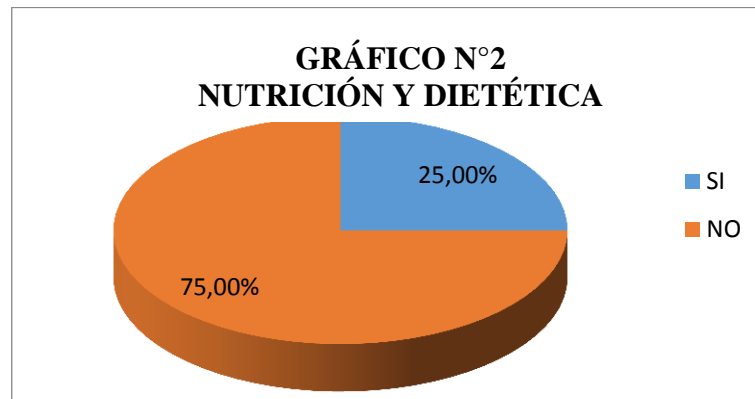
Por lo tanto la mayoría de encuestados manifiestan que no existe seguimiento por parte de la institución ejecutora en realizar charlas constantes de capacitación para mejorar el cuidado de los niños y niñas, de los CIBVs, sobre todo en proyectos pilotos como la creación de Huertos Infatiles en las unidades de atención para mejorar hábitos alimenticios y el Proceso Enseñanza Aprendizaje.

2.- ¿Conoce usted que es Nutrición y Dietética?

TABLA N°2		
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA		
INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	25%
NO	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos de esta investigación, las madres encuestadas manifiestan en un 75%, no conocer sobre la nutrición dietética y el 25% de personas encuestadas afirman si conocer sobre el tema.

Interpretación

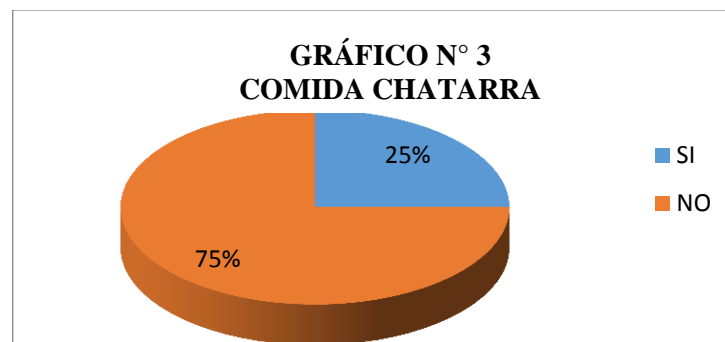
Por lo tanto la gran mayoría de madres asistentes de este centro de cuidado no conocen sobre temas de nutrición prácticos para el buen cuidado de los niños y niñas, por ello es muy importante la socialización de estos temas para que puedan aportar al proceso de desarrollo integral del infante, tomando en cuenta los contextos de desarrollo de cada uno de ellos.

3.- ¿Permite que el infante consuma alimentos de bajo nivel nutricional dentro del C.I.B.V?

TABLA N° 3		
COMIDA CHATARRA		
INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	25%
NO	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos obtenidos en esta investigación un 75% de madres asistentes encuestadas manifiestan, que no dejan que sus infantes consuman comida chatarra en la unidad de atención por el contrario el 25% de madres asistentes de cuidado, manifiestan de manera positiva.

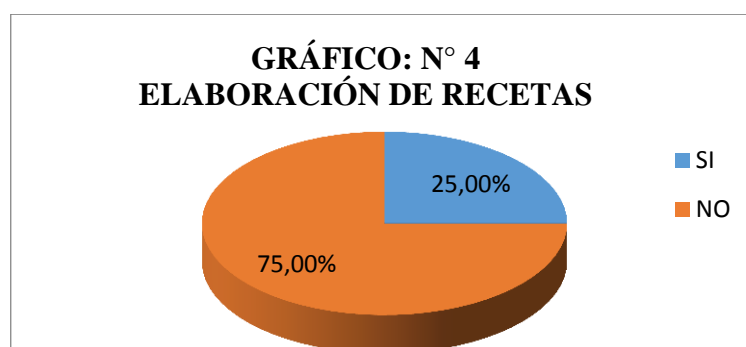
Interpretación

La mayoría de madres asistentes de este CIBV tienen claro la responsabilidad de cuidar la nutrición de los infantes, no permitiéndoles consumir comida chatarra a los párvulos, sin embargo es necesario que todos los docentes no permitan este consumo ya que perjudican su desarrollo físico y sus procesos mentales, por ello es evidente que con la aplicación del tema de tesis se mejorará el sistema nutricional así como también sus hábitos alimenticios.

4.- ¿En sus planificaciones diarias involucra actividades prácticas como la elaboración de recetas alimenticias con sus niños y niñas?

TABLA N° 4		
ELABORACIÓN DE RECETAS		
INDICADORES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	25%
NO	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos obtenidos en esta pregunta, el 75% de madres asistentes manifiestan que en sus planificaciones diarias no involucran actividades prácticas como la elaboración de recetas alimenticias con sus niños/as de su Centro y el 25% de madres, afirman que sí.

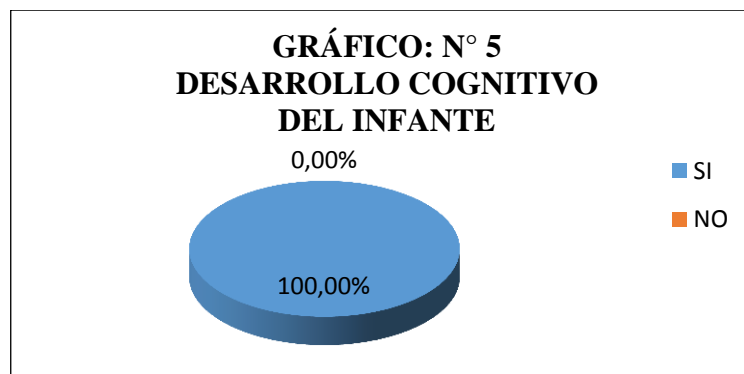
Interpretación

La mayoría de madres asistentes no involucran en sus planificaciones diarias actividades prácticas como la elaboración de recetas alimenticias con sus niños/as, por lo tanto el tema de investigación es de suma importancia ya que las actividades relacionadas a la alimentación y dietética infantil son fundamentales en el desarrollo del infante.

5.- ¿Cree usted que una alimentación equilibrada fortalece el desarrollo cognitivo del párvulo, mejorando su concentración y dinamismo dentro del CIBV?

TABLA N° 5		
DESARROLLO COGNITIVO DEL INFANTE		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	100%
NO	0	0%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos obtenidos en esta investigación, el 100% de madres encuestadas, creen que una alimentación equilibrada fortalece el desarrollo cognitivo del infante, mejorando su concentración y dinamismo dentro del CIBV.

Interpretación

Se deduce que toda la población encuestada está de acuerdo en que la alimentación equilibrada fortalece el desarrollo cognitivo de los infantes, aporta las sustancias necesarias para la regulación del metabolismo, contribuye con la energía útil en las funciones corporales, mejorando el proceso de simulación y desarrollo de las áreas de interés del niño/a.

6.- ¿Comparte tiempo para explicar a sus niños, sobre la importancia de consumir toda la porción de comida que le sirven en el CIBV “Las Gardénias”?

TABLA N° 6		
IMPORTANCIA DE CONSUMIR LA COMIDA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	100%
NO	0	0%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos de esta investigación, el 100% de las madres encuestadas manifiestan que comparten tiempo para explicar a sus niños/as, sobre la importancia de consumir toda la porción de comida que le sirven en el CIBV.

Interpretación

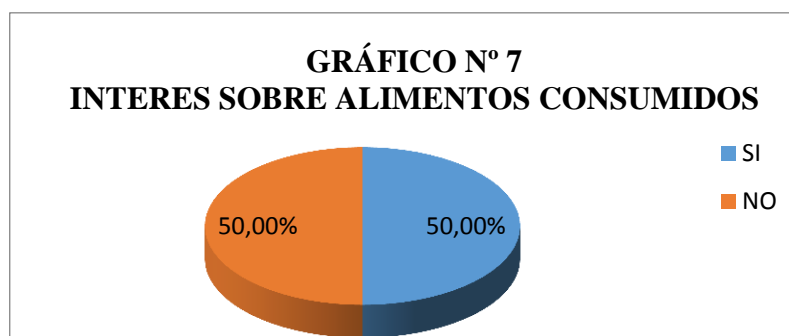
Por lo tanto todas las madres asistentes se empeñan en enseñar a sus niños y niñas cuán importante es comer todas las porciones de alimentos que se sirven en el CIBV, pero no todos los niños entienden su importancia y por ende no logran terminar sus alimentos, si se aplica el tema de investigación el infante se motivará en el proceso.

7.- ¿Sus párvulos muestran interés por recordar y conversar sobre los alimentos consumidos en el C.I.B.V. “Las Gardénias”?

TABLA N° 7		
INTERES SOBRE ALIMENTOS CONSUMIDOS		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	2	50%
NO	2	50%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos obtenidos, el 50% de madres asistentes manifiestan que sus párvulos si muestran interés por recordar y conversar sobre los alimentos consumidos en el CIBV, por otra parte el otro 50% manifiestan que sus párvulos no muestran interés por conversar sobre el tema de los alimentos.

Interpretación

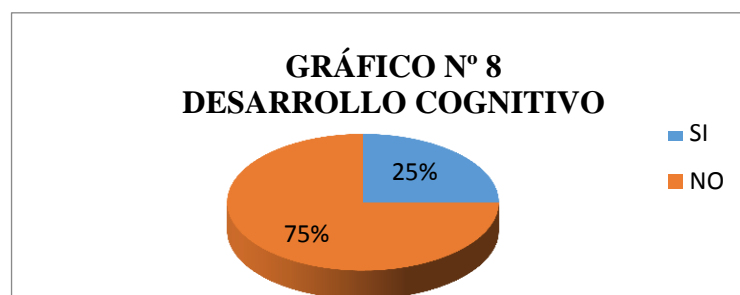
Por lo tanto existen criterios equilibrados en cuanto al interés que tienen los niños y niñas por recordar y conversar sobre los alimentos consumidos en la unidad de atención, esto es significativo ya que el infante muestra interés por consumir alimentos que se sirven en la unidad de atención, que generan mejores hábitos dietéticos.

8.- ¿Utiliza estrategias apropiadas para fortalecer el desarrollo cognitivo mediante la alimentación?

TABLA N° 8		
DESARROLLO COGNITIVO		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	25%
NO	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardenias”

Análisis

Los datos arrojados por esta investigación indican que el 75% de asistentes de cuidado, no utilizan estrategias para fortalecer el desarrollo cognitivo mediante la alimentación, mientras que el 25%, si trata de realizar actividades relacionadas al ejercicio de un excelente alimentación ya que trabaja con párvulos de 2 a 3 años.

Interpretación

Por lo tanto toda la población encuestada no utilizan estrategias para fortalecer el desarrollo cognitivo mediante la alimentación; pues se debe tratar de proyectar actividades sobre alimentación por los menos 2 veces a la semana, permitiendo a la comunidad educativa planificar y desarrollar actividades integradas en todas las disciplinas, tomando en cuenta los contenidos relacionados con nutrición y seguridad alimentaria, especialmente desarrollo cognitivo, presentes en los lineamientos generales del buen vivir.

9.- ¿Es importante realizar actividades para el desarrollo cognitivo de niño y la niña?

TABLA 9		
ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO COGNITIVO		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	100%
NO	0	0%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según la información obtenida en esta investigación, el 100% de madres asistentes del CIBV, coinciden en que es tan importante realizar actividades que impulsen el desarrollo cognitivo del niño y la niña.

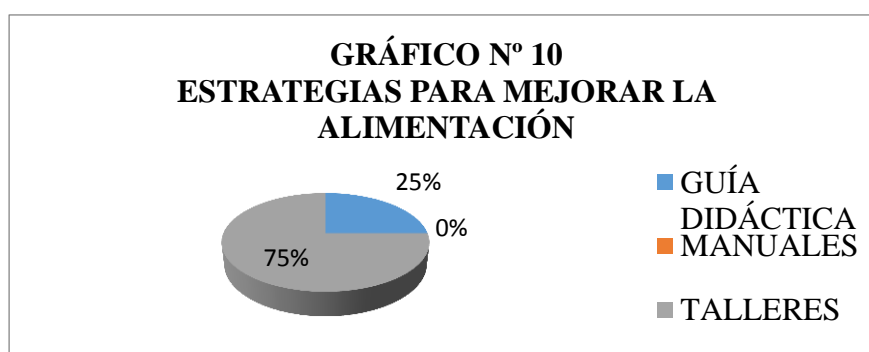
Interpretación

Con estos resultados se puede decir que toda la población encuestada necesita considera importante realizar actividades para el desarrollo cognitivo de niño/a para equilibrar sus actividades hacia el desarrollo cognitivo del niño, que promueva un óptimo desarrollo cognitivo a sabiendas de que la alimentación equilibrada es uno de los factores que ayudan este proceso.

10.- ¿Qué estrategia considera usted más apropiada para mejorar la alimentación y desarrollo cognitivo en los niños y niñas?

TABLA 10		
ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LA ALIMENTACIÓN		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
GUÍA DIDÁCTICA	1	25%
MANUALES	0	0%
TALLERES	3	75%
TOTAL	4	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según la información obtenida, el 25% de madres asistentes del CIBV, indican que la estrategia más apropiada para mejorar la alimentación y desarrollo cognitivo en los niños/as es la guía didáctica y el 75% dice que son los talleres.

Interpretación

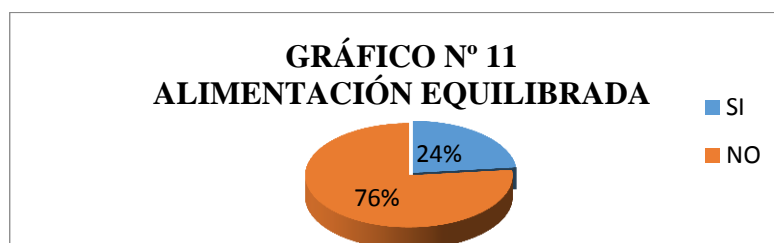
Con estos resultados se puede decir que la mayoría de encuestadas coinciden en que los talleres es la estrategia más apropiada para mejorar la alimentación y desarrollo cognitivo en los niños/as, razón por la cual es factible la realización de esta estrategia para mejorar la alimentación en los infantes.

2. 4 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS DE LA ENCUESTA APLICADA A MADRES Y PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO INTEGRAL DEL BUEN VIVIR “LAS GARDENIAS”

1.- Conoce usted sobre la alimentacion equilibrada?

TABLA 11		
ALIMENTACION EQUILIBRADA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	24%
NO	23	76%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los resultados de las encuestas realizadas a los padres de familia de los niños del CIBV “Las Gardénias” el 24% de padres si tienen conocimiento sobre la alimentación equilibrada y el 76% de padres y madres de familia no saben sobre dietas de alimentación.

Interpretación

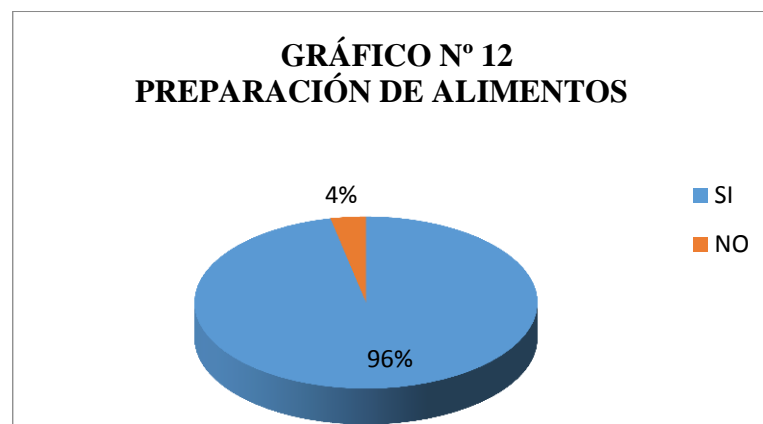
Esto quiere decir que en su mayoría, los padres y madres de familia no tienen conocimiento sobre dietas equilibradas para poder alimentar a sus hijos, y solamente una mínima parte de padres tienen conocimiento sobre el tema, por lo que es necesario impartir en los padres de familia charlas en las que se puedan socializar temas como la importancia de una alimentación nutritiva.

2.- En la preparación de alimentos para su niño y niña, utiliza verduras, lacteos, cereales, frutas?

TABLA N° 12		
PREPARACION DE ALIMENTOS		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	29	96%
NO	1	4%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos recolectados en esta investigación; el 96% de padres de familia manifiestan que para alimentar a sus hijos si utilizan verduras, frutas, lacteos; mientras que el 4% de encuestados afirman que no.

Interpretación

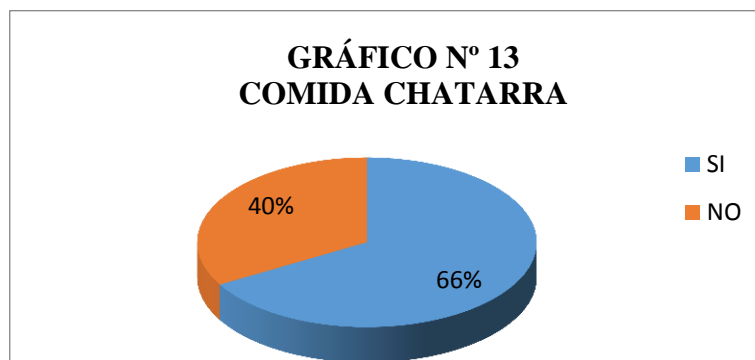
Por lo cual se puede decir que la mayoría de los padres y madres de familia no utilizan en la dieta diaria de sus hijos alimentos que aportan de forma positiva la buena nutrición de sus niños; como verduras, lacteos, frutas, cereales en la preparación de los alimentos de sus hijos, por lo tanto es importante que se incluya estos alimentos en el menú alimenticio diario del párvulo.

3.- Al salir de compras deja que su niño o niña consuma papas etiquetadas, chitos, dulces?

TABLA N° 13		
COMIDA CHATARRA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	66,%
NO	10	40%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Los resultados de la encuesta en esta pregunta el 66% de padres y madres encuestados afirma que si dejan que los niños consuman papas etiquetadas, chitos, dulces y otros alimentos chatarra, mientras que solamente el 40% de padres manifiestan que no dejan consumir a sus niños este tipo de productos.

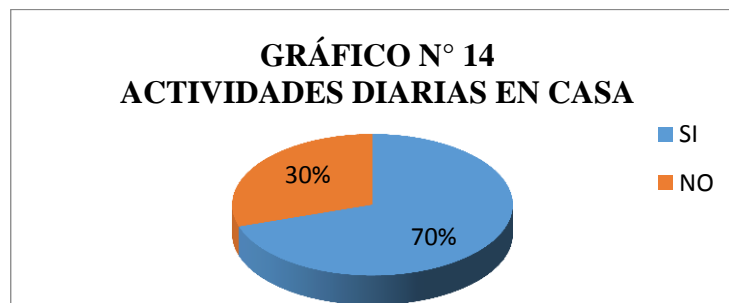
Interpretación

Esto quiere decir que la mayoría de padres y madres de familia concienten el consumo de productos no adecuados como papas etiquetadas, chitos, dulces y otros alimentos chatarra , y solo pocos padres controlan el consumo de comida chatarra en la dieta de sus niños, por lo que se evidencia que los niños y niñas cuentan con la autorización de sus padres, para consumir alimentos chatarra.

4.- En la actividades diarias en casa su niña o niño, muestra interes por ayudar y compartir en familia, preparando alimentos y recetas nutritivas?

TABLA 14		
ACTIVIDADES DIARIAS EN CASA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	21	70%
NO	9	30%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos que arroja la investigación , el 70% de padres manifiestan que sus hijos e hijas si muestran un interés por ayudar y compartir en familia preparando alimentos y recetas para consumirlo en armonia familiar, mientras que el 30% de padres y madres afirman que no.

Interpretación

Por lo tanto la mayoría de infantes en estos hogares tienen mucho interés por colaborar en las actividades que se realizan en familia y solo una parte de niños de estos hogares no comparten las actividades diarias en casa, lo cual es muy satisfactorio, ya que se podrá insertar la preparación de recetas nutritivas con menús desarrollados con los párvulos los cuales podrán identificar directamente los alimentos saludables, así como también conocerán los vegetales y verduras necesarios para mejorar el área cognitiva.

5.- Ha notado que su niño o niña, tiene sueño y pierde la concentración con mayor frecuencia?

TABLA 15		
PIERDE CONCENTRACION CON FRECUENCIA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	17	56%
NO	13	44%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata

Fuente: CIBV: “Las Gardenias”

Análisis

Según los resultados de esta investigación, un 56% de padres manifiestan que sus niños si tiene sueño y pierden la concentración con mayor frecuencia, mientras que el 44% de padres manifiestan que no.

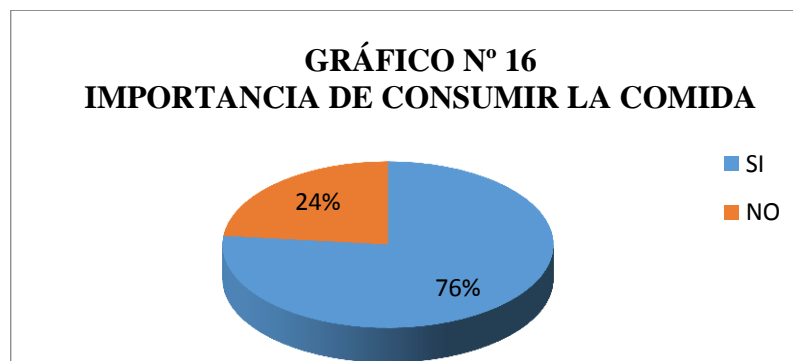
Interpretación

Por lo tanto la mayoría de niños tienen sueño y pierden la concentración con mayor frecuencia; patología que se da por la mala alimentación en la actualidad, el desconocimiento de una dieta equilibrada basadas en el consumo de verduras, cereales, frutas, lo que es perjudicial en el desarrollo cognitivo del infante del cual se derivan todos los aprendizajes y el desarrollo biopsicosocial.

6.- Comparte tiempo para explicar a su niño o niña, sobre la importancia de consumir toda la porción de comida que le sirven en el CIBV “Las Gardénias”?

TABLA 16		
IMPORTANCIA DE CONSUMIR LA COMIDA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	POTCENTAJE
SI	23	76%
NO	7	24%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los resultados que arrojan en esta investigación, el 76% de padres manifiestan que si comparten el tiempo para explicar a sus niños sobre la importancia de consumir la porción de comida que le sirven en el CIBV “Las Gardénias”, pero el 24% de padres manifiestan que no lo realizan.

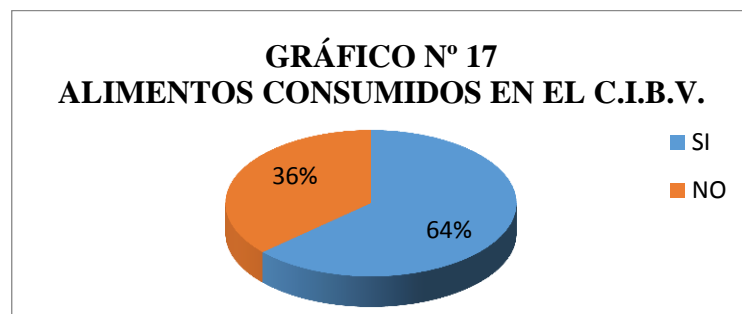
Interpretación

Por lo tanto la mayoría de padres le brindan el espacio que los niños necesitan para charlar con sus hijos sobre temas de importancia como es su alimentación en el CIBV, lo cual ayuda y fortalece uno de los objetivos del tema investigativo, ya que al mayor interes de mejorar el habito alimentario se introduce de mejor manera el tema de una nutricion equilibrada.

7.- Su niño o niña, cuando llega a casa comenta sobre los alimentos consumidos en el CIBV “Las Gardénias”?

TABLA N° 17		
ALIMENTOS CONSUMIDOS EN EL C.I.B.V.		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	19	64%
NO	11	36%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos que contiene esta investigación el 64% de padres y madres de familia manifiestan que cuando llega sus niños a casa si comentan sobre los alimentos consumidos en el CIBV “Las Gardénias, pero el 36% de padres manifiestas que sus infantes no comentan.

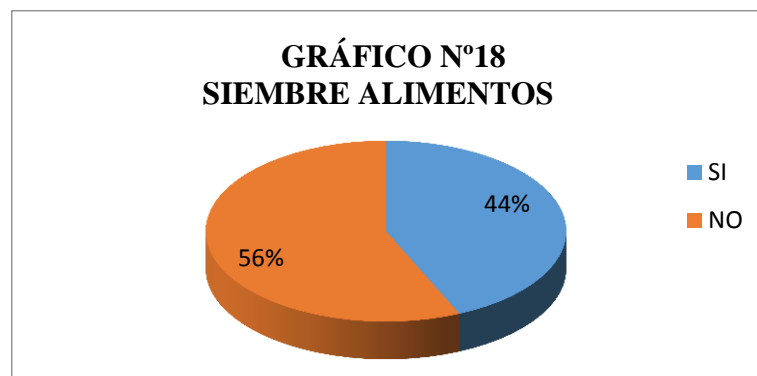
Interpretación

Por lo tanto la mayoría de niños comentan siempre con sus padres sobre los alimentos que injieren en la unidad de atención, esta realidad se debe aprovechar, innovando recetas, creando un huerto infantil en el que se de ha conocer el proceso de crecimiento hasta llegar al producto final, pues el trabajo de formar a los infantes no es solo responsabilidad de la educadora sino de la intervención activa del padre de familia que motivará al niño a mejorar la comunicación en cada una de sus casas.

8.- ¿En su casa siembra alimentos, que puede cosecharlos y prepararlos?

TABLA N° 18		
SIEMBRA ALIMENTOS		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	13	44%
NO	17	56%
TOTAL	30	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los datos de esta investigación, el 56% de encuestados manifiestan que no siembran en pequeños cultivos alimentos para después prepararlos, mientras que el 44% de encuestados manifiestan que si siembran alimentos ni los preparan.

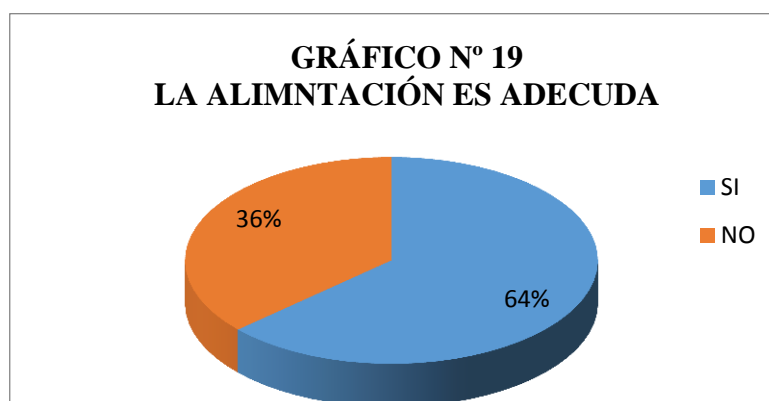
Interpretación

Por lo tanto, la mayor parte de encuestados no siembran en pequeños cultivos alimentos para después prepararlos, sin embargo los huertos familiares e infantiles, tienen una excelente utilidad, pues brinda al párvulo la posibilidad de ver el proceso directo y resultado obtenido en la plantación de algunas semillas, que luego verlas convertidas en alimentos de uso cotidiano, consiguiendo así incluirlos en el proceso y en el conocimiento de una dieta sana.

9.- ¿Hace lo posible para que la alimentacion de su hijo sea la adecuada?

TABLA N° 19		
LA ALIMENTACIÓN ES ADECUADA		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	19	64%
NO	11	36
TOTAL	30	100

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los resultados de esta investigación, el 64% de encuestados manifiestan que hacen lo posible para que sus niños se alimenten nutritivamente, mientras que el 36% de la población no controlan la alimentación de sus infantes.

Interpretación

Por lo tanto la mayoría de padres si hacen lo posible para que sus niños se alimenten nutritivamente, sin embargo los padres necesitan tener mayor conocimiento sobre la importancia de permitir a su hijo consumir alimentos saludables que genere resultados positivos en el desarrollo cognitivo del infante, a la vez que se promueve en el infante nuevos conocimientos y más acertados acerca del cuidado de las hortalizas, frutas para mejorar la dieta infantil.

10.- ¿Estaría de acuerdo en participar en un taller pedagógico para conocer cómo implementar un huerto y preparar alimentos en el CIBV “Las Gardénias”?.

TABLA 20		
PARTICIPACIÓN EN TALLERES		
ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	100%
NO	0	0,00
TOTAL	30	100

Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”



Elaborado por: Elizabeth Mata
Fuente: CIBV: “Las Gardénias”

Análisis

Según los resultados de esta investigación, el 100% de encuestados manifiestan que estarían de acuerdo, asistir a un taller pedagógico para conocer cómo implementar un huerto Infantil y preparar alimentos en el CIBV “Las Gardenias”.

Interpretación

Por lo tanto toda la población encuestada esta de acuerdo en asistir a un taller pedagógico para conocer cómo implementar un huerto Infantil y preparar alimentos en el CIBV “Las Gardenias”, para mejorar la alimentación de sus hijos/as, generando resultados positivos en el desarrollo cognitivo del infante, promoviendo nuevos conocimiento y mas acertados a cerca del cuidado de las hortalizas, para mejor la dietetica infantil.

2.5 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS PÁRVULOS DEL CIBV. “LAS GARDÉNIAS”.

N.-	INDICADOR	SIEMPRE		AVECES		NUNCA		TOTAL	
		f	%	f	%	f	%	f	%
1	Come Verduras	10	50%	5	25%	5	25%	20	100%
2	Consume Cereales	15	75%	5	25%			20	100%
3	Entre comida Chatarra y frutas prefiere la fruta?	10	50%			10	50%	20	100%
4	Termina la porción de alimentos en las comidas	5	25%	5	25%	10	50%	20	100%
5	Muestra interés por la importancia del cuidado de las plantas, como principal fuente de alimento de las personas y los animales.	15	75%	5	25%			20	100%
6	Identifica los alimentos especialmente verduras que produce la agricultura del sector	20	100%					20	100%
7	Participa en actividades colectivas del ámbito escolar, aportando ideas y siendo parte del grupo.	5	25%	5	25%	10	50%	20	100%
8	Colabora en actividades de ámbito familiar y el aula, aportando ideas y asume responsabilidades sencillas	8	40%	8	40%	4	20%	20	100%
9	Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere	5	25%	10	50%	5	25%	20	100%
10	Experimenta procesos de crecimiento en plantas, variando los factores que lo propician o dificultan					20	100%	20	100%

Elaborado por: Elizabeth Mata

2.5.1 INTERPRETACIÓN DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL C.I.B.V “LAS GARDÉNIAS”

En el centro infantil del Buen Vivir “Las Gardénias”, los niños que asisten a la institución educativa, no llevan un control adecuado de alimentación, al mismo tiempo que no muestran buenos hábitos alimenticios, así que se llega al siguiente análisis e interpretación de acuerdo a cada ítem de observación:

1.-Come Frutas

De los 20 niños observados que son el 100%, 10 niños y niñas que corresponden al 50% siempre aprovechen las cantidades de frutas, que se ofrecen en la unidad de atención, mientras que 5 niños que suman el 25% de la totalidad nunca tienen agrado por consumir frutas.

2.-Consumen cereales

Fueron evaluados 20 niños/as, que son el 100% de ,los cuales el 75% correspondiente a 15 niños, aprovechan el consumo de cereales que se les proporciona en el C.I.B.V, y el 5% que son 5 niños, a veces logran consumir toda la porción de cereales ya que no es de su agrado.

Por ello se considera fundamental que todo el colectivo que forma parte de la comunidad educativa del C.I.B.V, conozcan la importancia que tiene dentro del crecimiento integral del infante.

3.- ¿Entre comida Chatarra y frutas prefiere la fruta?

20 Niños fueron evaluados de los cuales el 10 niños que son el 50%, prefieren comer frutas en lugar de comida etiquetada ya que desde sus hogares los padres le enseñan a comer alimentos chatarra, mientras que los 10 niños restantes nunca prefieren la fruta, en lo posible los reemplazan por alimentos chatarra por sus sabores, tamaño, figura y porque están al alcance de su manos.

Se considera primordial el tema de investigación, ya que está enfocado ayudar a niños de los C.I.B.V a tener mejores hábitos alimenticios, a sabiendas de que si se

mejora este sistema se estimularía de mejor manera el Proceso enseñanza aprendizaje.

4.- Termina la porción de alimentos en las comidas

De los 20 niños observados 5 que son el 25% siempre terminan su porción de alimentos, mientras que 5 niños que son el 25% a veces aprovechan todo el consumo de alimentos ya que en ciertos casos no es de su agrado, y los 10 restantes que son el 50% de la población nunca terminan sus alimentos por varios motivos entre ellos, los alimentos cocinados contiene verduras, el arroz esa acompañado por hígado, o algún tipo de carne que no es de su agrado.

Por lo tanto es oportuno aplicar dentro de la Unidad de Atención actividades que estimulen y mejoren el proceso de alimentación.

5.- Muestra interés por la importancia del cuidado de las plantas, como principal fuente de alimento de las personas y los animales.

20 Párvulos fueron observados de los cuales al realizar una pequeña actividad por parte de la tesista se observó que 15 niños que son el 75%, Siempre muestran interés por la importancia del cuidado de las plantas, además conocen que son fuente de alimento de los seres vivos, mientras que 5 niños que pertenecen al 25 % de la población observada nunca muestran interés por este temas y se ponen hacer otras actividades.

6.- Identifica los alimentos especialmente verduras q produce la agricultura del sector.

20 niños correspondiente al 100% de la población evaluada si conocen los alimentos que cultivan las personas del sector especialmente las verduras, pero no es del agrado de todos como lo manifestaron.

Por ello es importante que por medio de la presente investigación logren identificar, conocer y relacionarse directamente con los vegetales y verduras mismas que favorecen el sistema de crecimiento tanto cognitivo, afectivas, motrices y físicas del párvulo.

7.- Participa en actividades colectivas del ámbito escolar, aportando ideas y siendo parte del grupo.

De los 20 niños y niñas observados el 25% que son 5 niños participan en actividades colectivas que rara vez realizan las maestras de cuidado, 5 niños que corresponde al 25% a veces se suman a este proceso no es de su agrado ya que no se aplican técnicas adecuadas de acuerdo al grupo etario, y el 50% de niños nunca participan con ideas para el grupo ya que son tímidos y no se relacionan adecuadamente con el grupo.

Los niños no participan al 100% en las actividades que plantean las maestras ya que primero no son constantes en estimular el proceso de trabajo en grupo, por otro lado los niños suelen desconcentrarse y perder el interés por trabajar en el salón de clases, se distraen fácilmente, por lo que es necesario aplicar y sociabilizar la presente tesis de Nutrición y desarrollo infantil con la incidencia que tiene en el área cognitiva de los infantes.

8.- Colabora en actividades de ámbito familiar y el aula, aportando ideas y asume responsabilidades sencillas.

Al observar a los 20 niños en un pequeño dialogo y actividad realizada por la tesista se constató que el 40% de niños siempre colabora en actividades de ámbito familiar y dentro del aula, aportando ideas de acuerdo a las necesidades del educador y el padre de familia, así mismo que el 40% de niños a veces se suman para colaborar con la actividad y aportar ideas, mientras que el 20% de niños nunca se motivan por trabajar en actividades y peor aún aportan ideas ya que no se adaptan adecuadamente al grupo de trabajo son niños distraídos.

Por lo tanto es favorable el tema investigado ya que ayudará a la comunidad educativa a mejorar el sistema de educación que se lleva a cabo, ya que no cuentan con material didáctico que motivo el proceso, existen niños distraído y con pocas gana de interactuar en el grupo ya que no están adecuadamente alimentados y no cuentan con la energía necesaria para estar activos y trabajar de mejor manera.

9.- Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.

De los 2 niños observados el 25% que corresponde a 5 niños siempre muestran buenos hábitos alimenticios es decir que terminan la porción de alimentos lavan sus manos antes de las comidas, por otro lado el 50% de niños a veces muestran interés por tener buenos hábitos alimenticios no lo practican como es debido, y el 25% restante que corresponde a 5 niños.

Por consiguiente si no se aplica el tema investigado es probable que los problemas de trastornos alimenticios continúen perjudicando el desarrollo de los infantes.

10.- Experimenta procesos de crecimiento en plantas, variando los factores que lo propician o dificultan.

El 100% de los párvulos observados que corresponde a los 20 niños del total de la población, no experimentan procesos de crecimiento en plantas, variando los factores que propician o dificultan ya que no existe una fuente directa de investigación que motive estas actividades.

Por lo tanto es prudente que se establezca un vínculo directo de aprendizaje entre la comunidad educativa del C.I.B.V y la tesista para que se pueda sociabilizar el tema investigado y además se pueda aplicar la propuesta de asistir a un taller pedagógico para conocer cómo instaurar un huerto infantil y preparar alimentos para un buen menú nutritivo, mismo que será una fuente directa de aprendizaje, siendo para los niños un gran material didáctico de aprendizaje directo.

2.6 CONCLUSIONES

- Se concluye que en el centro infantil no se da importancia a temas relacionados con la alimentación de los niños que asisten a la unidad de atención, ya que desconocen en su mayoría del tema de la Dietética infantil y la incidencia que aborda dentro del área cognitiva del párvulo, siendo necesario incluir en la planificación diaria temas que motiven a mejorar hábitos alimenticios.
- Las maestras que atienden a los niños en el CIBV “Las Gardénias” carecen de conocimientos científicos acerca de la nutrición y dietética infantil, pues lo que saben es por experiencia personal y esto no ha sido suficiente para ofrecer una no adecuada alimentación a los infantes que asisten a este centro de atención.
- En los padres de familia se evidencia la necesidad de socializar el tema de Nutrición y Dietética Infantil ya que no dan mucha importancia al tema de alimentación equilibrada y nutritiva dentro de sus hogares, ya que un buen ambiente escolar, que incluya una alimentación saludable para el niño, son elementos indispensables para su éxito tanto en la escuela como en su vida.
- La alimentación de los infantes no es adecuada según lo observado y registrado, pues sea podido evidenciar algunas falencias en cuanto a su alimentación y sus consecuencias en su desarrollo cognoscitivo, que afecta en su salud, crecimiento y aprendizaje.
- Las maestras cuidadoras, al igual que los padres de familia demuestran interés por participar en un taller pedagógico que les enseñe a elaborar un huerto infantil, así como también a preparar alimentos que pueden ser insertados en menús diarios para los párvulos y así de esta manera mejorar su alimentación, nutrición y desarrollo cognoscitivo, aprovechando el espacio físico que tiene el lugar.

2.7 RECOMENDACIONES

- Es necesario que la Coordinadora de la Unidad de Atención y concientice la importancia de implementar actividades de Hábitos alimenticios y consumo continuo de alimentos naturales especialmente de verduras, utilizando instrumentos pedagógicos lúdicos que logren captar la atención y aprendizaje del infante.
- Capacitar al personal de cuidado en temas que prioricen la dietética infantil, así como también trabajar conjuntamente con los padres de familia sobre la importancia de una buena alimentación libre de comida chatarra, ayudando de esta manera a mejora su cultura de crianza.
- Socializar al padre de familia sobre temas de Nutrición y Dietética Infantil ya que no dan mucha importancia al tema de alimentación equilibrada y nutritiva dentro de sus hogares, ya que un buen ambiente escolar, que incluya una alimentación saludable para el niño, son elementos indispensables para su éxito tanto en la escuela como en su vida.
- Realizar controles periódicos de peso y talla en el grupo de niños y niñas, para evitar desnutrición infantil, lo cual perjudicaría de forma directa al aprendizaje y desarrollo de las áreas de interés del grupo.
- Socializar talleres sobre grupos de alimentos según la pirámide alimenticia para niños para que se puedan realizar novedosas actividades en las Instituciones educativa, como Huertos Infantiles, Talleres de Horticultura, elaboración de Menús y recetas creativas, que mejoren la alimentación de los niños y niñas, su calidad de vida, desarrollo cognitivo y relación biopsicosocial.

CAPÍTULO III

3. DISEÑO DE LA PROPUESTA

Tema:

Talleres de estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos para el mejoramiento de la nutrición y dietética infantil que desarrolle el área cognitiva en niñas y niños menores de 5 años del C.I.B.V, “Las Gardenias”

3.1 Datos Informativos

3.1.1 Institución Ejecutora

Universidad Técnica de Cotopaxi, a través de la investigadora Elizabeth Mata.

3.1.2 Beneficiarios

Niñas:	18
Niños:	17
Padres de Familia:	30
Asistentes de Cuidado:	4
Técnica de Protección Integral:	1

Cabe recalcar que los Niños y niñas **Beneficiarios Directos** son 20 ya que se tomó en cuenta a las edades comprendidas entre 3 a 4 años.

3.1.3 Ubicación

Provincia de Cotopaxi, Cantón Pujilí, urbanización “Las Gardénias”

3.1.4 Equipo Técnico Responsable

- Directora de Tesis M. Sc. Marcela Andocilla
- Investigadora: Elizabeth Mata.

3.2 JUSTIFICACIÓN

Según los resultados obtenidos en la investigación que arrojan la necesidad de capacitar a los maestras, así como también a los padres de familia sobre la importancia de la alimentación y dietética Infantil porque es necesaria para el buen desarrollo de las capacidades cognitivas como el lenguaje, el pensamiento, la memoria, la atención, un suministro de alimento sano facilita el desarrollo intelectual del párvulo a través de la percepción sensorial, lo que aumenta su capacidad de memorizar y, sobre todo, de pensar y razonar.

Además se debe mejorar el proceso de aprendizaje ya que los hábitos adquiridos a temprana edad van a influir decisivamente en el futuro, al mismo tiempo que se establece una rutina, a los niños se les da seguridad, mientras se crea un entorno predecible, pilar fundamental para el desarrollo de la autoestima y la felicidad del párvulo.

Por lo consiguiente es trascendental trabajar en lo práctico para mejorar y desarrollar buenos hábitos alimentarios en su ingesta diaria dentro del C.I.B.V, contribuyendo a coadyuvar las facilidades de aprendizaje en las áreas de interés del infante, mejorando las condiciones de vida del niño/a y la familia, trabajando en base a la enseñanza de las asistentes de cuidado al manejo, funcionamiento y preparación de huertos Infantiles dentro de la unidad de atención aprovechando la zona y sus beneficios orgánicos.

Este tema es de mucha utilidad para futuras investigaciones basadas en la alimentación y dietética infantil dentro del área cognitiva del niño y niña, servirá como inicio para abrir muchas puertas y responder a una gran cantidad de

preguntas que diariamente van surgiendo en la labor educativa, especialmente en la modalidad de Centros Infantiles del Buen Vivir.

La alimentación y nutrición infantil y su incidencia en el área cognitiva cumple una gran utilidad práctica ya que tiene el propósito de ayudar a los padres y a las personas que están al cuidado de niños, prioritariamente cuando están pequeñitos y no han cumplido sus seis años que es el tiempo de más riesgo para que un niño pueda caer en desnutrición y cuando el aprendizaje diario y los estímulos, que la familia le proporcione repercute en gran medida para su desarrollo integral y su salud física.

3.3 OBJETIVO DE LA PROPUESTA

3.3.1 Objetivo General

- Realizar Talleres de estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos para el mejoramiento de la nutrición y dietética infantil que desarrolle el área cognitiva en niñas y niños menores de 5 años del C.I.B.V, “Las Gardenias”

3.3.2 Objetivos Específicos

- Socializar a las autoridades maestras y padres de familia del C.I.B.V, “Las Gardenias”, las estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos para el mejoramiento de la nutrición y dietética infantil que desarrolle el área cognitiva en niñas y niños menores de 5 años.
- Aplicar con los padres de familia el taller de estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos para el mejoramiento de la nutrición y dietética infantil como una alternativa para conseguir el desarrollo del área cognitiva en niñas y niños.
- Evaluar la participación directa, activa y responsable del niño, mediante la aplicación de estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos.

3.4 Diseño de la Propuesta

La presente propuesta de elaboración de Talleres de estrategias de cultivo y consumo de alimentos orgánicos para el mejoramiento de la nutrición y dietética infantil que desarrolle el área cognitiva en niñas y niños menores de 5 años del C.I.B.V, “Las Gardenias” se encuentra diseñada en 12 talleres que ayudarán a conocer como realizar un huerto infantil y a preparar los alimentos que en él se cultivan para insertarlos en el menú nutricional diario de los infantes.

Entre una de las actividades significativas está la orientación de cómo hacer un huerto escolar respondiendo a las siguientes interrogantes:

¿POR QUÉ HACER UN HUERTO ORGÁNICO?

Para el CIBV, la familia y el niño, el huerto orgánico significa:

- Tener siempre hortalizas frescas
- Tener productos sanos, sin riesgos de infección ni pesticidas
- Ahorrar dinero
- No dañar al medio ambiente
- Mejorar hábitos alimenticios
- Tener un espacio y una actividad para compartir con otros
- Tener un espacio y una actividad para aprender a organizar y planificar
- Mejorar el Proceso enseñanza aprendizaje
- Desarrollo de nuevas habilidades y destrezas
- Mejorar sus capacidades múltiples, áreas de interés especialmente la cognitiva.

¿DÓNDE SE PUEDE CONSTRUIR UN HUERTO ORGÁNICO?

El huerto orgánico se puede ubicar en cualquier espacio con tierra, por más chico que sea. Idealmente, tendría que ser un lugar que reciba sol, que cuente con una protección mínima contra "extraños" y que tenga posibilidad de riego (es decir agua cerca

3.5 PLAN OPERATIVO DE LA PROPUESTA

TALLER	NOMBRE	FECHA	OBJETIVO	RECURSOS	EVALUACION
TALLER N°1	Obra de títeres “El Huerto de Juanito”	Septiembre 2013	Identificar las principales características de un huerto infantil mediante la dramatización para que los niños y niñas cuiden sus cultivos.	<ul style="list-style-type: none"> • Teatrino • Títeres • Guion teatral • Pictogramas de un huerto 	Observación
TALLER N°2	Preparando cunitas para las verduritas	Septiembre 2013	Lograr que el infante preste atención en la ubicación, tamaño, materiales que se utilizaron para construir el Huerto infantil con la ayuda de Padres de Familia	<ul style="list-style-type: none"> • Caja de madera • Tierra negra • Abono • Semillas • Agua 	Observación
TALLER N°3	Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada	Septiembre 2013	Conocer los alimentos que son necesarios en la alimentación diaria del niño y la niña, para garantizar un buen desarrollo físico y cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas de alimentos saludables • Grabadora • Papelotes • Marcadores 	Observación
TALLER N°4	Adquiero responsabilidades sobre el cuidado del	Octubre 2013	Trabajar en equipo, dentro del huerto infantil mediante la siembra de semillas de los vegetales con la ayuda	<ul style="list-style-type: none"> • Regaderas • Herramientas de 	Observación

	huerto infantil		de la maestra.	cultivo	
TALLER N°5	Siembre de semillas	Octubre 2013	Valorar la ejecución de los trabajos realizados en el huerto infantil.	<ul style="list-style-type: none"> • Regaderas • Herramientas de cultivo 	Observación
TALLER N°6	Taller de horticultura (dentro del aula)	Octubre 2013	Realizar una minga en donde los niños –as puedan aprender a cultivar y cuidar las plantas.	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías del huerto infantil • Grabadora • Papelotes y marcadores • Tijeras, gomas, pinturas 	Observación
TALLER N°7	Taller de horticultura (trabajo de campo)	Noviembre 2013	Realizar una minga en donde los niños –as puedan aprender a cultivar y cuidar las plantas.	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías del huerto infantil • Grabadora • Papelotes y marcadores • Tijeras, gomas, pinturas 	Observación
TALLER N°8	La alimentación de Juanito	Noviembre 2013	Participar en actividades grupales, en donde se establezca acuerdos, dentro del espacio educativo, tomando en cuenta la buena alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> • Papelotes • Marcadores • Cuento • Canastillas con alimentos saludables 	Observación

TALLER N°9	En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”.	Noviembre 2013	Participar en actividades grupales, en donde se establezca acuerdos, dentro del espacio educativo, tomando en cuenta la buena alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> • Papelógrafos • Marcadores • Huerto escolar 	Observación
TALLER N°10	“Taller de Horticultura” (cosecha).	Diciembre 2013	Cosechar las hortalizas de acuerdo a los grupos de trabajo	<ul style="list-style-type: none"> • Canastillas • Pocillos • Huerto escolar 	Observación
TALLER N°11	“Preparando mis recetas favoritas”.(cocción de verduras)	Diciembre 2013	Conocer la preparación de recetas con hortalizas para ser consumidas con ayuda de la maestra.	<ul style="list-style-type: none"> • Recipientes de cocina • Área de cocina dentro de la Unidad de Atención • Recetas 	Observación
TALLER N°12	“Preparando mis recetas favoritas”. (Mermelada de frutilla)	Enero 2014	Conocer la preparación de recetas con hortalizas para ser consumidas con ayuda de la maestra.	<ul style="list-style-type: none"> • Recipientes de cocina • Área de cocina dentro de la Unidad de Atención • Recetas 	Observación

Elaborado por: Elizabeth Mata

**LAS VERDURITAS AL RESCATE DE LAS
PRINCESAS Y LOS REYES, MEJORANDO SU
ALIMENTACIÓN CON EL CULTIVO Y
CONSUMO DE ALIMENTOS ORGÁNICOS**

ACTIVIDADES DE HORTICULTURA QUE
DESARROLLAN EL ÁREA COGNITIVA
DEL NIÑO Y LA NIÑA.



Elaborado por: Elizabeth Mata



INTRODUCCIÓN

El aporte nutritivo durante la infancia es fundamental para obtener un buen estado de salud, crecimiento y desarrollo óptimos, una alimentación adecuada en este periodo es además importante en la prevención de determinadas enfermedades como la desnutrición y las que se pueden derivar de ella, además está estrechamente relacionada con el desarrollo cognitivo del niño.

Dentro del cantón Pujilí, existen centros Infantiles del Buen Vivir los cuales brindan atención directa a niñas y niños dentro de un espacio comunitario; con participación de profesionales parvularias y de un equipo comunitario voluntario, brindándoles educación inicial, salud preventiva y cuidado diario, nutrición esta última no puede ser controlada fácilmente ya que carecen de instrumentos innovadores que motiven el proceso de Dietética infantil; dentro del C.I.B.V Las Gardenias ubicado en la urbanización con el mismo nombre se aplicaran las siguientes actividades tomando en cuenta el tema de investigación y los resultados que arrojó la misma, en donde se involucraran directamente niños comprendidos en edades de 3 a 4 años y experimentaran actividades de cultivos, al mismo tiempo que conocerán cuales son los vegetales y hortalizas que benefician el desarrollo cognitivo mediante la alimentación equilibrada, sin duda será un proceso divertido para todos.



CONTENIDO DE LA PROPUESTA

- TALLER N°1** Obra de títeres “El Huerto de Juanito”
- TALLER N°2** Preparando cunitas para las verduritas
- TALLER N°3** Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada
- TALLER N°4** Adquiero responsabilidades sobre el cuidado del huerto infantil
- TALLER N°5** Siembre de semillas
- TALLER N°6** Taller de horticultura (dentro del aula)
- TALLER N°7** Taller de horticultura (trabajo de campo)
- TALLER N°8** La alimentación de Juanito
- TALLER N°9** En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”.
- TALLER N°10** “Taller de Horticultura” (cosecha).
- TALLER N°11** “Preparando mis recetas favoritas” (socción de verduras)
- TALLER N°12** “Preparando mis recetas favoritas”. (Mermelada de frutilla)



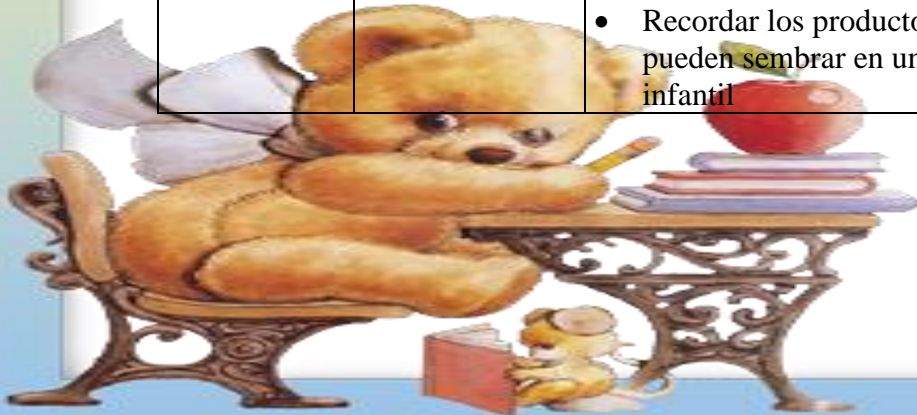
TALLER N°.1

Tema: Obra de Títeres “El Huerto de Jaimito. ”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Identificar las principales características de un huerto infantil mediante la dramatización para que los niños y niñas cuiden sus cultivos.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Entender la importancia de conocer y cultivar verduras y vegetales.	Obra de Títeres “El Huerto de Jaimito”.	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Porra: “Las verduras” <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar acerca de los alimentos que siembran en sus casas <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar y conocer a los personajes de la obra de títeres <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar y observar la obra de títeres • Conocer que es el huerto infantil • Identificar características del huerto infantil • Decir la importancia del huerto infantil <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordar los productos que se pueden sembrar en un huerto infantil 	<ul style="list-style-type: none"> • Teatrino • Títeres • Guion teatral 	<ul style="list-style-type: none"> • Entiende la importancia del huerto infantil • Reconoce las verduras y vegetales • Disfrutó de la obra de títeres 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER N° 1

TEMA: Obra de Títeres “El Huerto de Jaimito”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Identificar las principales características de un huerto infantil mediante la dramatización para que los niños y niñas cuiden sus cultivos.

Materiales:

- Teatrino
- Títeres
- Guion teatral
- Pictogramas de un huerto

INICIO

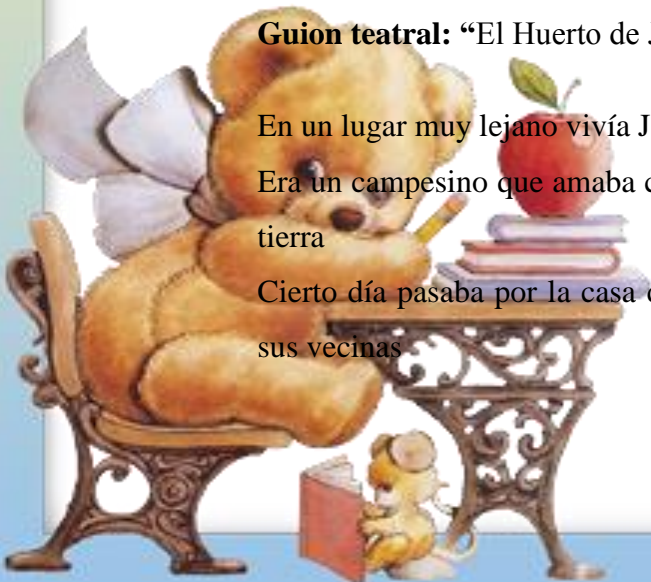
Porra: “Las verduras”

¡Que sí, que no
La zanahoria ya paso!
¡Que sí, que no
La col ya paso!

DASARROLLO

Guion teatral: “El Huerto de Jaimito”

En un lugar muy lejano vivía Jaimito
Era un campesino que amaba cultivar la
tierra
Cierta día pasaba por la casa de una de
sus vecinas



Que se llamaba María, le dice buenos días María como estas?

Ella estaba muy triste porque su hijo estaba enfermo y tenía malas calificaciones, los doctores le habían dicho que era por tener una mala alimentación y no comer verduras.



A lo que Jaimito responde, es verdad si no alimentamos saludablemente a los niños es muy probable que se enfermen con infecciones y no tengan un buen rendimiento escolar ..

Entonces tengo una idea dijo Jaimito que te parece si juntos cultivamos un Huerto en el que sembremos todas las verduras que se puedan producir, y pedimos ayuda a los niños de la vecindad .. Manos a la obra dijo María, yo traeré algunas semillas de zanahoria, lechuga, brócoli, rábano, acelga, coliflor, espinaca, y pediré a los niños que nos ayuden.

Y yo dijo Jaimito preparare el terreno con abono natural de mis animalitos.. Y así fue que con la ayuda de Algunos niños construyeron y cultivaron el Huerto y lo llamaron el Huerto de Jaimito en agradecimiento a la idea ya que presto el terreno para su cultivo... luego el hijo de María se dio cuenta que tiene que comer saludablemente para mejorar sus estado físico y rendimiento escolar, pasaron los días y se recuperaba los doctores decían que era gracias a que cambio sus hábitos alimenticios.

FIN



EVALUACIÓN:

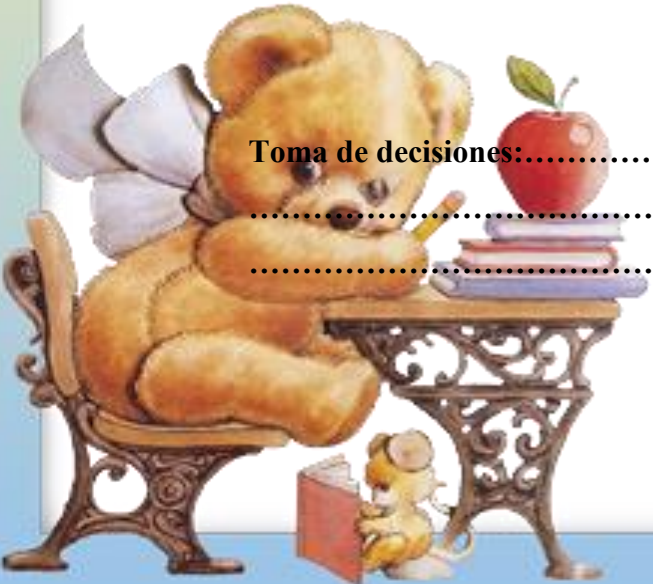
FICHA DE OBSERVACIÓN:

Taller: Obra de Títeres “El Huerto de Jaimito”.

Destreza: Entender la importancia de conocer y cultivar verduras y vegetales.

INDICADORES NOMBRES	Entiende la importancia del huerto infantil		Reconoce las verduras y vegetales		Disfrutó de la obra de títeres	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO



Toma de decisiones:.....
.....
.....

TALLER 2

Tema: “Preparando las cunitas para las verduritas”

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Lograr que el infante preste atención en la ubicación, tamaño, materiales que se utilizaron para construir el Huerto infantil con la ayuda de PP.FF.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Observar el proceso del ciclo vital de las plantas mediante actividades de experimentación.	“Preparando las cunitas para las verduritas”	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivinanzas: “Las frutas” <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar acerca de los alimentos que siembran en sus casas <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material (semilleros) <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colocar tierra y abono en el semillero • Preparar la tierra • Sembrar verduras • Regar agua en los semilleros <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de los semilleros ya sembrados 	<ul style="list-style-type: none"> • Caja de madera • Tierra negra • Abono • Semillas • Agua 	<ul style="list-style-type: none"> • Entiende la importancia de las plantas • Participa activamente • Disfrutó de la actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER N° 2



Tema: “Preparando las cunitas para las verduritas”.

Tiempo: 45 minutos



Objetivo: Lograr que el infante preste atención en la ubicación, tamaño, materiales que se utilizaron para construir el Huerto infantil con la ayuda de Padres de Familia



Destreza: Observar el proceso del ciclo vital de las plantas mediante actividades de experimentación.



Materiales:

- Caja de madera
- Tierra negra
- Abono
- Semillas
- Agua



INICIO:



Adivinanzas



ADIVINANZAS



1

*Flaca y larga
Lleva gorro verde
Y remera anaranjada.
Quien es?*



2

*Verde, verde es su vestido,
Tiene barba y grandes dientes
El no come y es comido
Por toditos los presentes...
Quien es?*



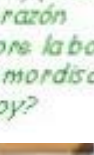
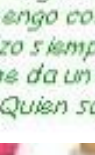
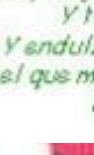
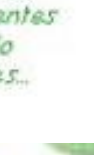
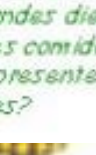
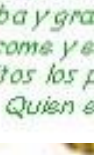
3

*Tengo hojitas blancas
Gruesas y cabellera
Y conmigo llora
Toda cocinera
Quien soy?*



4

*Soy roja, gorda y pecosa
Y tengo corazón
Y endulzo siempre la boca
Del que me da un mordiscón.
Quien soy?*





DESARROLLO:

- Elaborar los semilleros con tablas
- Prepararla tierra
- Mezclar la tierra con el abono
- Observar, los materiales identifiquen que productos son los que se van a cultivar Sembrar semillas de verduras (zanahoria, acelga)
- Regar agua en lo sembrado
- Conocer la importancia de incluir vegetales en la alimentación diaria





EVALUACIÓN:

FICHA DE OBSERVACIÓN

Taller: “Preparando las cunitas para las verduritas”

Destreza: Observar el proceso del ciclo vital de las plantas mediante actividades de experimentación.



INDICADORES NOMBRES	Entiende la importancia de las plantas		Participa activamente		Disfrutó de la actividad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....



TALLER 3

Tema: “Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada”

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Conocer los alimentos que son necesarios en la alimentación diaria del niño y la niña, para garantizar un buen desarrollo físico y cognitivo

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Identificar los alimentos que forman parte de una dieta equilibrada, mismos que ayudan al desarrollo cognitivo y físico.	“Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada”	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabolenguas: Pepe pela patatas <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar acerca de los alimentos que conocen <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las verduras y sus beneficios • Conocer las frutas y sus beneficios • Conocer la comida chatarra y los daos que ocasionan a la salud <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Optar por la comida saludable y rechazar la comida chatarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Láminas de alimentos saludables • Grabadora • Papelotes • Marcadores 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar los alimentos que forman parte de una dieta equilibrada • Consume alimentos nutritivos • Rechaza la comida chatarra 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER 3

Tema: “Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada”

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Conocer los alimentos que son necesarios en la alimentación diaria del niño y la niña.

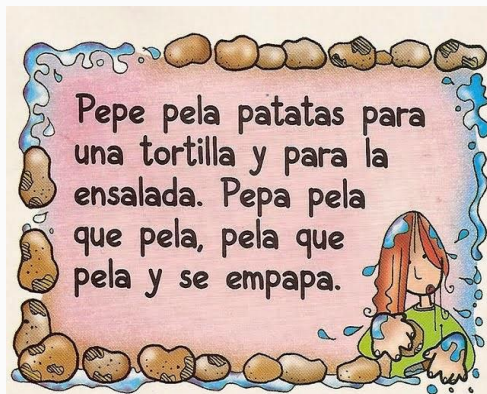
Destreza: Identificar los alimentos que forman parte de una dieta equilibrada, mismos que ayudan al desarrollo cognitivo y físico.

Materiales:

- Láminas de alimentos saludables
- Grabadora
- Papelotes
- Marcadores

INICIO

Trabalenguas: Pepe pela patatas



DESARROLLO

1.- La maestra debe explicar cuáles son los alimentos que ayudan a un buen crecimiento y cuáles son los que producen enfermedades, luego identificar y colorear los alimentos que favorecen el crecimiento de los niños y niñas, mediante la observación de láminas, luego señalar las escenas en las que se alimenten adecuadamente.

2.- Responder a preguntas:

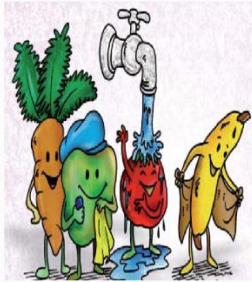
¿Qué alimentos consume en el CIBV, y en casa, estos son diferentes?

¿Por qué se llaman verduras?

¿Prefiere los cereales, frutas, antes que alimentos etiquetados o chatarra?

Visita al Huerto Infantil en el que se sembraran las plántulas.

3.- Observar imágenes y considerar las que beneficien su desarrollo



EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

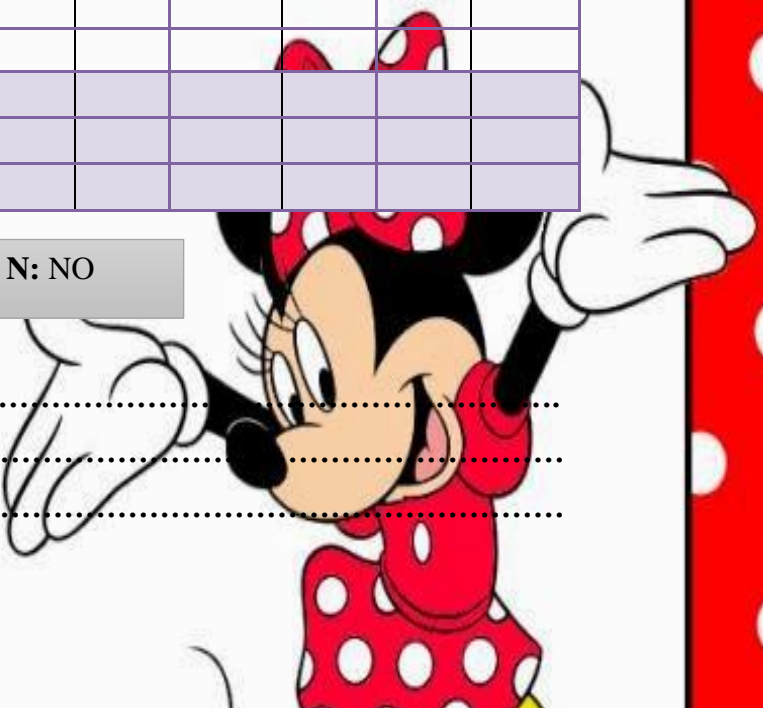
Taller: "Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada"

Destreza: Identificar los alimentos que forman parte de una dieta equilibrada, mismos que ayudan al desarrollo cognitivo y físico.

INDICADORES NOMBRES	Identificar los alimentos que forman parte de una dieta equilibrada		Consumo de alimentos nutritivos		Rechaza la comida chatarra	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....
.....
.....



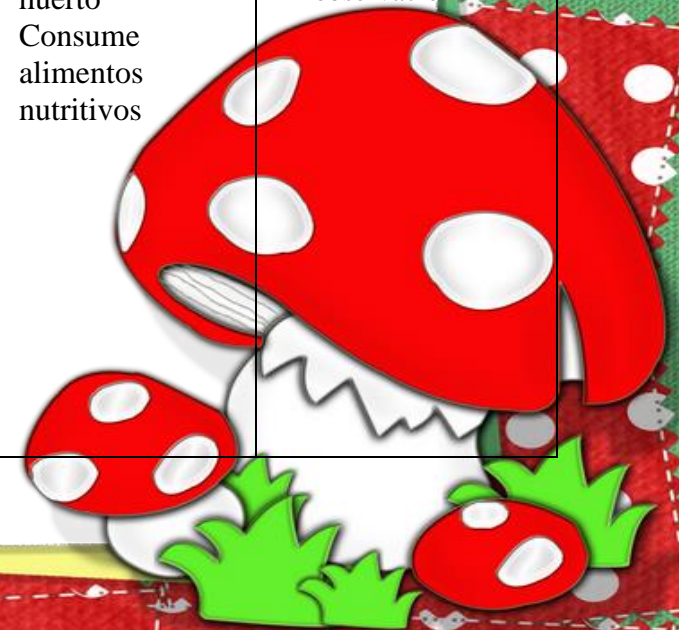
TALLER N°4

Tema: “Adquiero responsabilidad sobre el Cuidado del Huerto Infantil”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Trabajar en equipo, en la implementación de un huerto infantil, que garantice la producción de alimentos que optimice su salud.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Trabajar en equipo, en la implementación de un huerto infantil, que garantice la producción de alimentos que optimice su salud	“Identifico los alimentos de mi dieta equilibrada”	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivinanza: “La pera” • Conversar acerca de los alimentos que conocen <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los alimentos que se pueden sembrar en huerto infantil • Conocer las actividades que ayudan a cuidar el Huerto infantil • Deducir la importancia del huerto infantil <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participar en la elaboración de un huerto infantil 	<ul style="list-style-type: none"> • Regaderas • Herramientas de cultivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabaja en equipo • Reconoce alimentos del huerto • Consume alimentos nutritivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER N° 4

Tema: “Adquiero responsabilidad sobre el Cuidado del Huerto Infantil”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Conocer sobre la importancia del cuidado del Huerto infantil y su cultivo.

Destreza: Trabajar en equipo, en la implementación de un huerto infantil, que garantice la producción de alimentos que optimice su salud

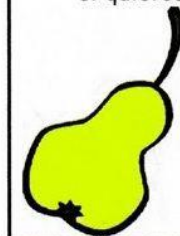
Materiales:

- Regaderas hechas con material de reciclaje
- Herramientas de cultivo que serán utilizadas por las maestras

INICIO

Adivinanza

Blanca por dentro
y verde por fuera,
si quieres que te diga lo que
espera.



DESARROLLO

- Observar pictogramas y concientizar el valor de cuidar el huerto infantil.
- Presentar cuales son las actividades que ayudan a cuidar el Huerto infantil.
- Sembrar las hortalizas en un espacio previamente preparado con abono, tierra negra, que este húmedo.
- Regar agua periódicamente
- Realizar espantapájaros para cubrir el huerto de las aves.
- Sacar la maleza del cultivo.



EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

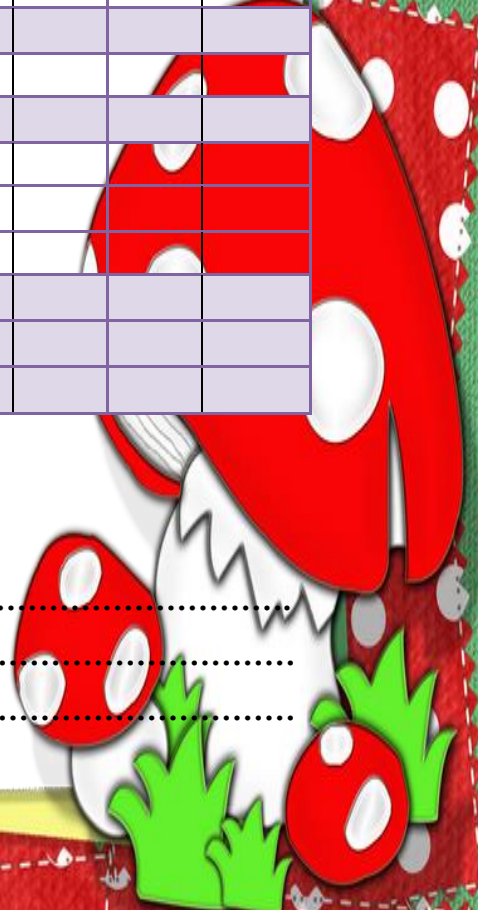
Tema: “Adquiero responsabilidad sobre el Cuidado del Huerto Infantil”.

Destreza: Trabajar en equipo, en la implementación de un huerto infantil, que garantice la producción de alimentos que optimice su salud.

INDICADORES NOMBRES	Trabaja en equipo		Reconoce alimentos del huerto		Consume alimentos nutritivos	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....



TALLER N° 5

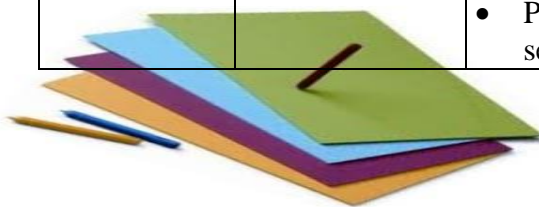


Tema: Siembra de semillas

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Trabajar en equipo, dentro del huerto infantil mediante la siembra de semillas de los vegetales con la ayuda de la maestra.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
<p>Conocer el proceso de siembra de las plántulas, entendiendo el valor nutricional de cada uno y los beneficios que brindan para su desarrollo.</p>	Siembra de semillas	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivinanza: “La pera” • Conversar acerca de los alimentos que conocen <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colocarse los mandiles y guantes. • Plantar las plántulas con la ayuda del técnico del MAGAP, PFFF, Maestra y Tesista, • Mantener el orden y cuidado para que no utilicen las herramientas, los niños-as • Realizar el proceso de regado de agua <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participar en la siembra de semillas 	<ul style="list-style-type: none"> • Regaderas • Herramientas de cultivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce el proceso de siembra • Conoce el valor nutricional de los productos • Consume alimentos nutritivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER N° 5



Tema: “Siembra de semillas”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Trabajar en equipo, dentro del huerto infantil mediante la siembra de semillas de los vegetales con la ayuda de la maestra.

Destreza: Conocer el proceso de siembra de las plántulas, entendiendo el valor nutricional de cada uno y los beneficios que brindan para su desarrollo.

Materiales:

- Semillas de vegetales y hortalizas
- Herramientas de cultivo
- Regaderas de agua



INICIO



Poesía corta: (Ratón y La Hormiga)

La hormiguita y Ratón Perez

Se casaron anteayer

¿Dónde fue? yo no lo se

Que coloretín, que coloretín



DESARROLLO

1. Colocarse los mandiles y guantes, preparar a los niños-as para salir al huerto infantil.
2. Plantar las plántulas con la ayuda del técnico del MAGAP, PFFF, Maestra y Tesista,
3. Mantener el orden y cuidado para que no utilicen las herramientas, los niños-as
4. Realizar el proceso de regado de agua y observación ya que las semillas contienen químicos de elaboración.
5. Dialogar sobre la actividad realizada, con la ayuda de cámaras fotográficas, recolectar imágenes de la actividad realizada.





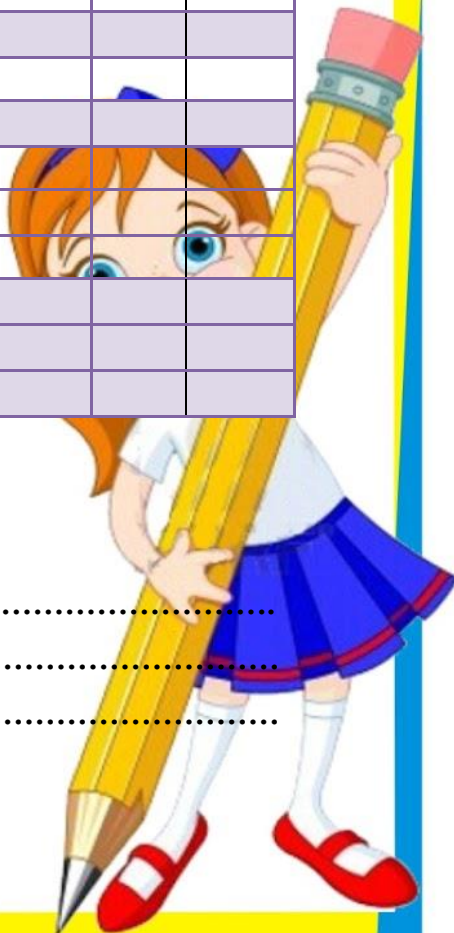
EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: “Siembra de semillas”.

Destreza: Conocer el proceso de siembra de las plántulas, entendiendo el valor nutricional de cada uno y los beneficios que brindan para su desarrollo.

INDICADORES NOMBRES	Conoce el proceso de siembra		Conoce el valor nutricional de los productos		Consume alimentos nutritivos	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						



Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....



TALLER N° 6

Tema: “Taller de Horticultura, dentro del aula”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Valorar la ejecución de los trabajos realizados en el huerto infantil.

Descubrir y expresar por medio de motivaciones artísticas la importancia de cultivar y alimentarse sanamente.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
<p>Descubrir y expresar por medio de motivaciones artísticas la importancia de cultivar y alimentarse sanamente.</p>	<p>“Taller de Horticultura, dentro del aula”.</p>	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rima: “La ballena Elena” <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dialogar con los niños-as sobre las actividades que hicieron dentro del huerto infantil <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar indicaciones • Realizar un collage representando a las actividades realizadas dentro del Huerto infantil. <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exponer los trabajos realizados 	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías del huerto infantil • Grabadora • Papelotes y marcadores • Tijeras, gomas, pinturas 	<ul style="list-style-type: none"> • Descubre el medio que le rodea • Conoce la importancia de cultivar alimentos • Disfruta de la actividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación

TALLER N° 6

Tema: “Taller de Horticultura, dentro del aula”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Valorar la ejecución de los trabajos realizados en el huerto infantil.

Destreza: Descubrir y expresar por medio de motivaciones artísticas la importancia de cultivar y alimentarse sanamente.

Materiales:

Fotografías del huerto infantil

Grabadora

Papelotes y marcadores

Tijeras, gomas, pinturas

INICIO

Rima

La ballena Elena,
cuando almuerza o cena,
se toma un gran plato
de sopa de avena.



DESARROLLO

1. Dialogar con los niños-as sobre las actividades que hicieron dentro del huerto infantil
2. Observar el material presentado
3. Escuchar indicaciones
4. Realizar un collage representando a las actividades realizadas dentro del Huerto infantil.
5. Exponer los trabajos realizados



Taller nº 8

EVALUACIÓN:

FICHA DE OBSERVACIÓN

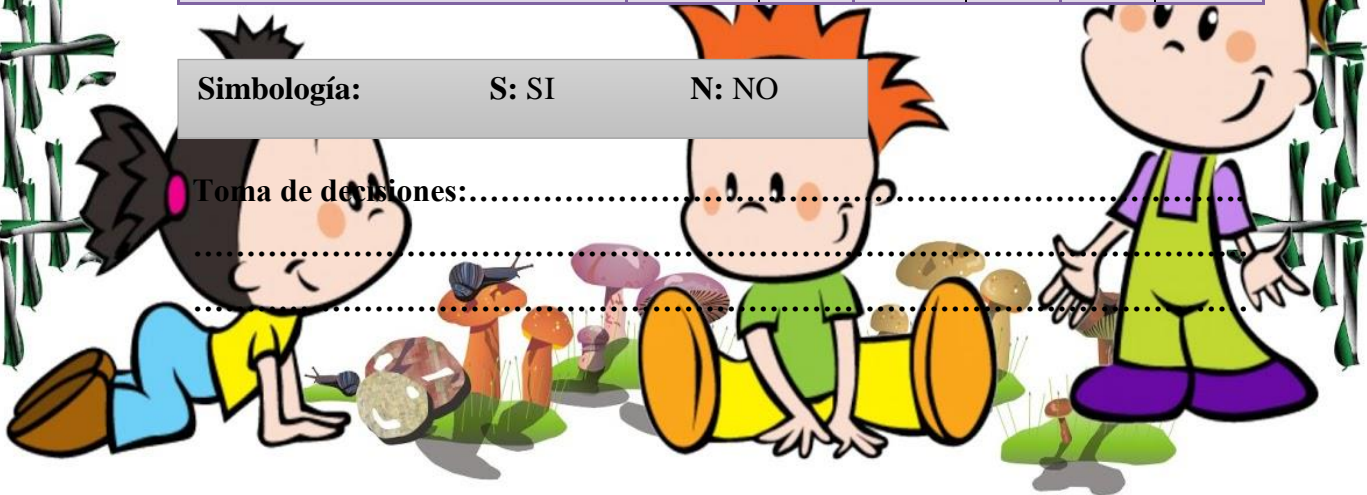
Tema: “Taller de Horticultura, dentro del aula”.

Destreza: Descubrir y expresar por medio de motivaciones artísticas la importancia de cultivar y alimentarse sanamente.

INDICADORES NOMBRES	Descubre el medio que le rodea		Conoce la importancia de cultivar alimentos		Disfruta de la actividad	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....
.....
.....



TALLER N° 7

Tema: “Taller de Horticultura” (Trabajo de campo).

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Realizar una minga en donde los niños –as puedan aprender a cultivar y cuidar las plantas.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
<p>Superar retos dentro del trabajo en equipo</p> <p>Asumir tareas y ejecutarlas dentro de la actividad de campo</p>	<p>“Taller de Horticultura” (Trabajo de campo).</p>	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivinanza: “El coco” <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dialogar con los niños-as sobre las actividades que hicieron dentro del huerto infantil <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar indicaciones • Realizar la minga <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exponer el trabajo realizado 	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografías del huerto infantil • Grabadora • Papelotes y marcadores • Tijeras, gomas, pinturas 	<ul style="list-style-type: none"> • Supera retos • Asume roles • Ejecuta actividades de campo 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación

TALLER N° 7

Tema: “Taller de Horticultura” (Trabajo de campo).

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Realizar una minga en donde los niños –as puedan aprender a cultivar y cuidar las plantas.

Destreza: -Superar retos dentro del trabajo en equipo

-Asumir tareas y ejecutarlas dentro de la actividad de campo

Materiales:

- Herramientas
- Costales

INICIO

ADIVINANZA

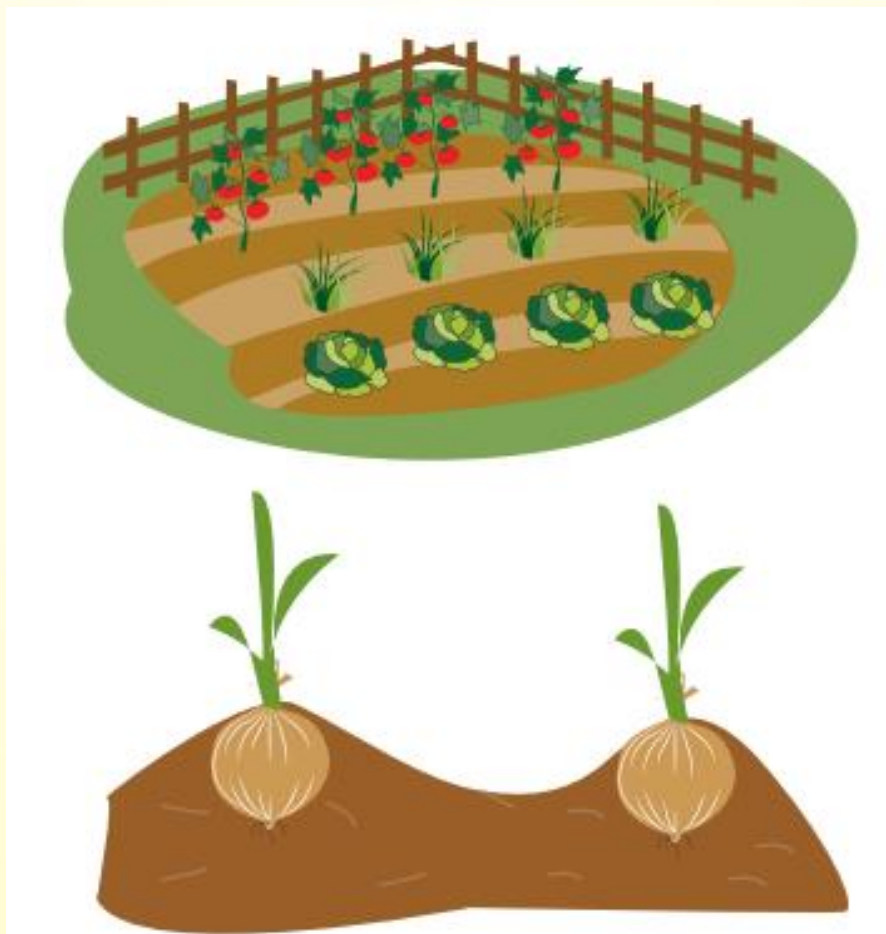
Tengo duro el corazón
pulpa blanca y
liquido en mi interior

[El Coco](#)



DESARROLLO

- Visita al Huerto Infantil en el que se sembró las plántulas.
- Realizar una pequeña minga para sacar la mala hierba (milin, picuyo, malvas, canayuyo, etc.), que germino durante el proceso de crecimiento de las plantas, para que el párvulo conozca el cuidado que se debe dar al Huerto infantil y el valor de responsabilidad con la naturaleza, además entender la importancia que tiene dentro de su desarrollo físico su mental
- Relacionar la actividad realizada con el diario vivir en el campo, dar a notar posibles diferencias de la siembra en el campo y la ciudad.



EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: “Taller de Horticultura, dentro del aula”.

Destreza: Descubrir y expresar por medio de motivaciones artísticas la importancia de cultivar y alimentarse sanamente.

INDICADORES	Supera retos		Asume roles		Ejecuta actividades de campo	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
NOMBRES						
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....

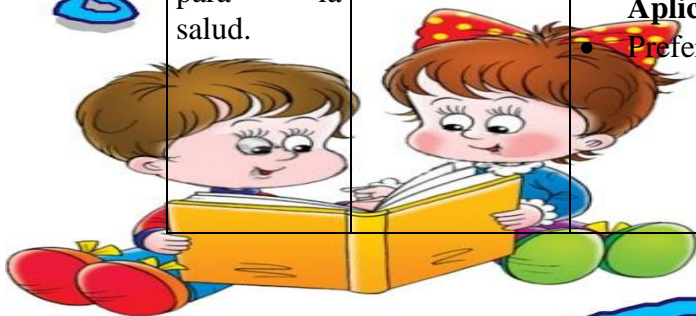
TALLER N° 8

Tema: “La Alimentación de Juanito”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Identificar que alimentos consume en casa y relacionar cuales son los saludables.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Reconocer y descubrir cuáles son los alimentos nutritivos y su beneficio para la salud.		<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivinanza: “El coco” <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recordar cuentos conocidos <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar el material presentado <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escuchar el cuento • Dialogar acerca de lo que se trata el cuento • Reconocer los alimentos nutritivos y chatarra <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preferir los alimentos nutritivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Papelotes • Marcadores • Cuento • Canastillas con alimentos saludables 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce alimentos nutritivos • Describe alimentos nutritivos • Prefiere alimentos nutritivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación



TALLER N° 8

Tema: “La Alimentación de Juanito”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Identificar que alimentos consume en casa y relacionar cuales son los saludables.

Destreza: Reconocer y descubrir cuáles son los alimentos nutritivos y su beneficio para la salud.

Materiales:

- Papelotes
- Marcadores
- Cuento
- Canastillas con alimentos saludables

INICIO



DESARROLLO

Narrar el cuento “La alimentación de Juanito”

Juanito era un niño muy goloso tenía 3 años y siempre le decía a su madre que le compre dulces, y claro su madre para no verlo llorar le complacía..

Un día Juanito al amanecer se despertó con un fuerte dolor de estómago, su madre no sabía qué hacer y lo llevo al Dr. Él le dijo que tiene bichos en su estómago..

Juanito estaba muy triste porque le tenían que inyectar, su madre le decía ya vez por no hacerme caso y comer solo dulces.

El Dr. Le dijo Juanito desde hoy comerás muchas verduras y vegetales para que crezcas sano y fuerte como tu padre...

Desde ese día prometió que jamás comería golosinas que le hicieran daño..

Moraleja: hacer caso a tus padres y comer saludablemente hará que crezcas sanito y fuerte.



EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

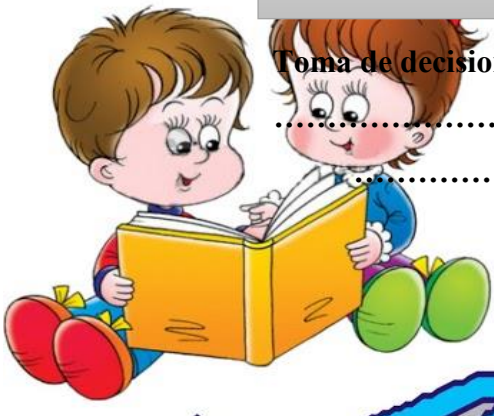
Tema: “La Alimentación de Juanito”.

Destreza: Reconocer y descubrir cuáles son los alimentos nutritivos y su beneficio para la salud.

INDICADORES	• Reconoce alimentos nutritivos		• Describe alimentos nutritivos		Prefiere alimentos nutritivos	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
NOMBRES						
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....



TALLER N° 9

Tema: “En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Participar en actividades grupales, en donde se establezca acuerdos, dentro del espacio educativo, tomando en cuenta la buena alimentación.

Destreza: Identificar y relacionar las hortalizas que crecen en el huerto del C.I.B.V, y establecer diferencias entre los alimentos que consume el niño/a diariamente.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Identificar y relacionar las hortalizas que crecen en el huerto del C.I.B.V, y establecer diferencias entre los alimentos que consume el niño/a diariamente	“En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”	<ul style="list-style-type: none"> • Motivación • Dinámica de gestualidad • Experiencia • Conversar acerca de los alimentos que consumen • Reflexión • Observar los alimentos presentado • Conceptualización • Identificar características de los alimentos • Conocer los beneficios de los alimentos para la salud. • Aplicación • Identificar los alimentos nutritivos en el huerto escolar 	<ul style="list-style-type: none"> • Papelógrafos • Marcadores • Huerto escolar 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica hortalizas • Describe alimentos nutritivos • Prefiere alimentos nutritivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica • Observación • Instrumento • Ficha de observación



Actividad N° 9

Tema: “En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”.

Tiempo: 45 minutos

Objetivo: Participar en actividades grupales, en donde se establezca acuerdos, dentro del espacio educativo, tomando en cuenta la buena alimentación.

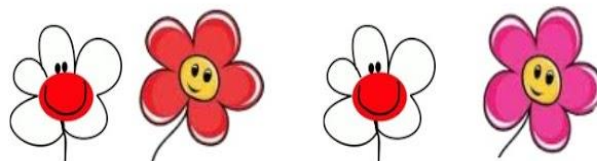
Destreza: Identificar y relacionar las hortalizas que crecen en el huerto del C.I.B.V, y establecer diferencias entre los alimentos que consume el niño/a diariamente.

Materiales:

- Papelógrafos
- Marcadores

INICIO:

Dinámica de gestualidad.



DESARROLLO:

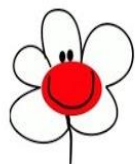
1. Conversar acerca de los alimentos que consumen
2. Observar los alimentos presentados
3. Identificar características de los alimentos
4. Conocer los beneficios de los alimentos para la salud.
5. Visita al Huerto Infantil en el que se sembraron las plántulas
6. Preguntar: ¿Qué alimentos son los que más les gusta del huerto?
7. Dialogar sobre la importancia de tener el Huerto Infantil dentro del C.I.B.V.
8. Identificar los alimentos nutritivos en el huerto escolar





EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN



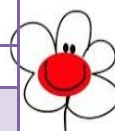
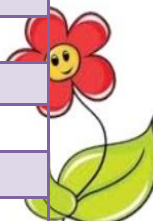
Tema: “En el CIBV, aprendo que debo alimentarme saludablemente”.



Destreza: Identificar y relacionar las hortalizas que crecen en el huerto del C.I.B.V, y establecer diferencias entre los alimentos que consume el niño/a diariamente.



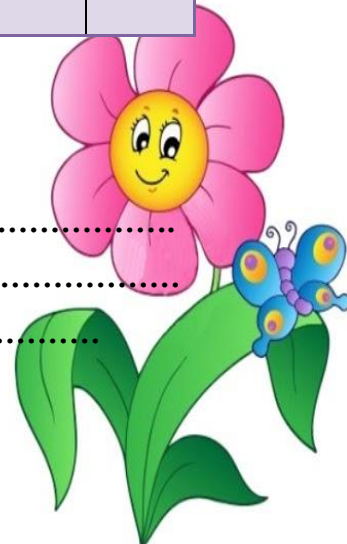
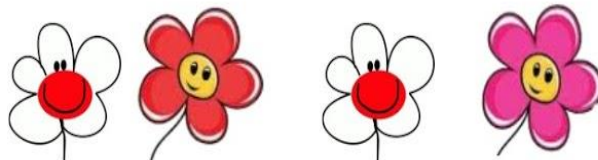
INDICADORES	Identifica hortalizas		Describe alimentos nutritivos		Prefiere alimentos nutritivos	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
NOMBRES						
TOTAL						



Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....

.....





TALLER N° 10

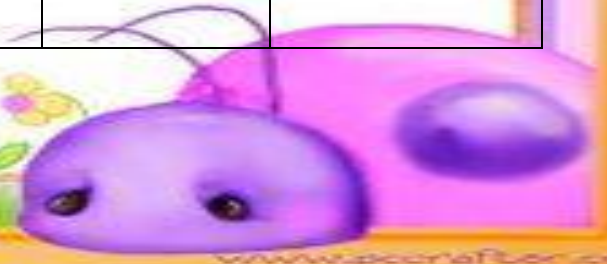
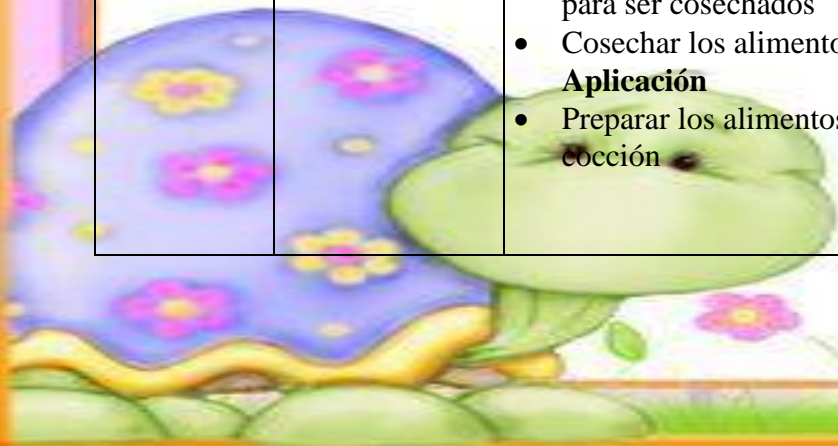
Tema: “Taller de Horticultura” (cosecha).

Tiempo: 60 minutos

Objetivo: Cosechar las hortalizas de acuerdo a los grupos de trabajo

Destreza: Participar activamente en tareas de horticultura grupales.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Participa activamente en tareas de horticultura grupales.	“Taller de Horticultura” (cosecha).	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dinámica: me gusta el azúcar , me gusta el café <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar acerca de los alimentos que sus padres siembran en casa <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar los materiales a utilizarse <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los alimentos que ya están listos para ser cosechados • Cosechar los alimentos del huerto <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preparar los alimentos cosechados para su cocción 	Canastillas Pocillos Huerto escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Participa activamente • Disfruta del trabajo en grupo • Trata adecuadamente a los alimentos cosechados 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación





TALLER N° 10

Tema: “Taller de Horticultura” (cosecha).

Tiempo: 60 minutos

Objetivo: Cosechar las hortalizas de acuerdo a los grupos de trabajo

Destreza: participar en tareas de horticultura grupales.

Materiales:

- Cubetas
- Baldes
- Guantes
- Herramientas de cultivo

INICIO:

Dinámica: Me gusta el azúcar

Me gusta el azúcar, me gusta el café
pero más me gusta el nombre de usted



DESARROLLO:

1. Tendrás que educarte hasta cierto punto sobre cuándo cosechar tu cultivo.
2. Muchas hortalizas comunes son cosechadas a medida que están maduras y continúan produciendo a lo largo de la temporada de crecimiento con el cuidado adecuado.
3. Por otra parte, los granos, son cosechados más frecuentemente cuando están completamente maduros y secos en la planta.
4. La cosecha es una operación intensiva de trabajo y a medida que te vuelvas experimentado, encontrarás que necesitas reducir la producción de algunas plantas para que la cosecha se pueda controlar.





EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: "Taller de Horticultura" (cosecha).

Destreza: participar en tareas de horticultura grupales.

INDICADORES NOMBRES	• Participa activamente		• Disfruta del trabajo en grupo		Trata adecuadamente a los alimentos cosechados	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones:.....



TALLER N° 11

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Tiempo: 45 minutos o según el tiempo que demore la receta

Objetivo: Conocer la preparación de recetas con hortalizas para ser consumidas con ayuda de la maestra.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-as.	“Preparando mis recetas favoritas”.	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabalenguas: Compadre cómpreme un coco <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar acerca de las comidas que prepara su mamá <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar los alimentos preparados <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentar pequeñas recetas • Descifrar los alimentos que contienen <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preparar la receta “Cocción de verduras” 	<ul style="list-style-type: none"> • Recipientes de cocina • Área de cocina dentro de la Unidad de Atención • Recetas 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce recetas • Sigue instrucciones • Prepara recetas 	<ul style="list-style-type: none"> • Técnica Observación • Instrumento Ficha de observación

Actividad N.-11

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Tiempo: 45 minutos o según el tiempo que demore la receta

Objetivo: Conocer la preparación de recetas con hortalizas para ser consumidas con ayuda de la maestra.

Destreza: Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-as.

Materiales:

- Recipientes de cocina
- Área de cocina dentro de la Unidad de Atención

INICIO:

TRABALENGUAS: Compadre cómpreme un coco

Compadre cómpreme un coco

No puedo compadre

Porque poco coco

Como yo



DESARROLLO:

Receta: Cocción de verduras

Hay varias formas de hacerlo:

Hervidos:

- Los vegetales se lavan, se cortan en trozos y se ponen en agua hirviendo hasta que estén crujientes.

Al vapor o a baño maría:

- Evitando que el agua toque los vegetales para que conserven sus nutrientes.
- Para esto los vegetales son lavados y cortados en trozos, se ponen en una olla pequeña, canastilla o colador de acero inoxidable.
- El colador se coloca encima de una olla con agua hirviendo, ya que lo que necesitamos es el vapor.



EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Destreza: Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-as.

INDICADORES	• Conoce recetas		• Sigue instrucciones		• Prepara recetas	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
NOMBRES						
TOTAL						

Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones
 :.....
 :.....
 :.....

TALLER N° 12

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Tiempo: 45 minutos o según el tiempo que demore la receta

Objetivo: Conocer la preparación de recetas con frutilla orgánica para ser consumidas con ayuda de la maestra.

DESTREZA	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	EVALUACIÓN	
				Indicadores de logro	Técnica e Instrumento
Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-años.	“Mermelada de fritillas”.	<p>Motivación</p> <ul style="list-style-type: none"> Recitación: Dulce frutillita <p>Experiencia</p> <ul style="list-style-type: none"> Conversar acerca de las comidas que prepara su mamá <p>Reflexión</p> <ul style="list-style-type: none"> Observar los alimentos preparados <p>Conceptualización</p> <ul style="list-style-type: none"> Presentar pequeñas recetas Descifrar los alimentos que contienen <p>Aplicación</p> <ul style="list-style-type: none"> Preparar la receta “Cocción de verduras” 	<ul style="list-style-type: none"> Recipientes de cocina Área de cocina dentro de la Unidad de Atención Recetas 	<ul style="list-style-type: none"> Conoce recetas Sigue instrucciones Prepara recetas 	<ul style="list-style-type: none"> Técnica Observación Instrumento Ficha de observación



Actividad N.º 12

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Tiempo: 45 minutos o según el tiempo que demore la receta

Objetivo: Conocer la preparación de recetas con hortalizas para ser consumidas con ayuda de la maestra.

Destreza: Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-as.

Materiales:

- Recipientes de cocina
- Área de cocina dentro de la Unidad de Atención

INICIO:

Recitación: Dulce Frutillita

Frutillita frutillita

Mi dulce frutillita

Siempre estas linda y fresca

Como le gusta a mi mamita



DESARROLLO:

Mermelada de Frutillas

Ingredientes:

4,5 kg de frutillas 3,5 kg de azúcar

Preparación:

- En una olla grande se colocan 4, 5 kg de frutillas junto con 3,5 kg de azúcar. Se dejan reposar toda la noche.
- En la mañana siguiente con una cuchara de madera, revolver todo y poner a fuego lento hasta que hierva (sin dejar de revolver).
- Tiene que hervir hasta que se espese (puede ser una hora o una hora y media).
- Cuando la mermelada esté bien espesa se echa en los frascos de vidrio limpios. Se dejan enfriar, se tapan y se guardan, listos para ser consumidos.



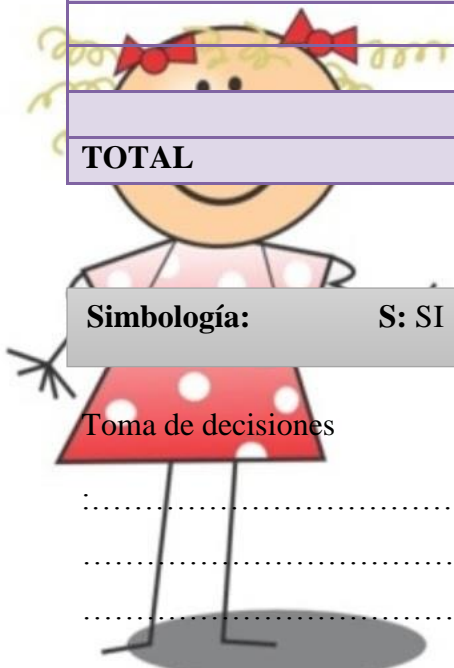
EVALUACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: “Preparando mis recetas favoritas”.

Destreza: Aplicar pequeñas recetas de cocina que sean divertidas y novedosas para los niños-as.

INDICADORES NOMBRES	• Conoce recetas		• Sigue instrucciones		• Prepara recetas	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
TOTAL						



Simbología: S: SI N: NO

Toma de decisiones
.....
.....
.....

3.5 Resultados generales de la aplicación de la propuesta.

Al realizar un tema de investigación, con una aplicación práctica marca la diferencia, como es en este caso, luego de seguir con los lineamientos establecidos en la presente Tesis, se realizó la aplicación de las encuestas y entrevista, las cuales arrojaron resultados un tanto desfavorables en el ámbito educativo con una de las dificultades más marcadas, como es la alimentación, Nutrición y Dietética Infantil y la incidencia en niños y niñas menores de 5 años, la comunidad educativa del C.I.B.V “Las Gardenias”, demostró interés por el tema que se aplicó a favor de los párvulos de la unidad de atención, los resultados fueron evidentemente beneficiosos, se demostró que con un poco de interés por mejorar la calidad de vida de los infantes, beneficiando el Proceso Enseñanza Aprendizaje se logran grandes resultados, en este caso la implementación del Huerto infantil con la participación directa del grupo de niños y niñas seleccionado para el trabajo ayudo a establecer un vínculo directo con el aporte, mediante el cual se realizaron un sin número de actividades, selección del espacio, minga de Padres de Familia, Talleres constantes de Horticultura con los cuales paso a paso se ejecutaron los procesos de siembra y cosecha, con la colaboración de Aliados estratégicos como el M.A.G.A.P y G.A.D.M del Cantón Pujilí quienes colaboraron en la logística del proceso.

Dentro del huerto Infantil se puede encontrar gran variedad de verduras, las cuales se beneficiaran los niños y niñas de la unidad de atención, además compartieron trabajo en equipo con sus compañeritos, se observó que a partir de realizar esta investigación y su aplicación los infantes preguntaban más acerca del tema y querían conocer las verduras, además se pudo notar que en los horarios de alimentación procuraban consumir todas las verduras que se les proporcionaban, gradualmente se está cambiando el hábito alimenticio de los niños y niñas con las ayuda de toda la comunidad educativa, algo muy favorable para el proceso ya que sin duda se contribuyó a mejorar el área cognitiva del niño/a y su desarrollo intelectual en general.

3.6 Conclusiones

- La aplicación de las actividades en cuanto a la realización de talleres que capaciten a la comunidad educativa del C.I.B.V “Las Gardenias” han sido favorables, pues fueron realizadas en base a la implementación del Huerto Infantil y la preparación de menús fáciles creativos y con alimentos que puedan ser cultivados dentro del huerto escolar, de esta manera se estaría contribuyendo a mejorar los hábitos alimenticios de los niños y niñas del centro educativo.
- Los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores y duraderos, impidiendo el desarrollo conductual y cognitivo, el rendimiento escolar y la salud reproductiva, debilitando así la futura productividad en el trabajo.
- Sistémicamente se plasmaron actividades, con la colaboración de las asistentes de cuidado, en las que se dio a conocer paulatinamente el proceso de cultivo de la mano con el desarrollo y proceso enseñanza aprendizaje, compartiendo trabajo en equipo y sobre todo conociendo las variedades de verduras.
- La importancia de los programas de nutrición temprana y su relación con la habilidad cognitiva en el corto y largo plazo es muy clara, pues estos funcionan mejor cuando los niños se benefician de ellos simultáneamente
- Al realizar una investigación con fines prácticos y utilizando una herramienta pedagógica innovadora para la comunidad educativa del C.I.B.V, permitió que los párvulos se motiven por consumir alimentos orgánicos, estimulando su sistema cerebral, además los PP.FF, y docentes de la institución conocieron de manera directa el procesos de cultivo y la gran importancia que tiene estos en el desarrollo de los infantes

3.7 Recomendaciones

- Es preciso que se realicen talleres de capacitación de elaboración de huertos infantiles y de preparación de menús nutricionales para una dietética infantil balanceada a la comunidad educativa del C.I.B.V “Las Gardenias”, para que de esta manera se contribuya a mejorar los hábitos alimenticios de los niños y niñas del centro educativo.
- Es necesario que se atiendan prontamente los problemas de desnutrición en los infantes, pues los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores e impiden el desarrollo conductual y cognitivo, el rendimiento escolar y la salud reproductiva.
- Se debe continuar con las actividades del proceso de cultivo del huerto infantil con el desarrollo y proceso enseñanza aprendizaje, ya que al ser un tema de implementación práctica se logra que el niño y niña contribuya e interactúe con el proceso de cultivo
- La comunidad educativa debe concienciar la importancia de los programas de nutrición temprana y su relación con la habilidad cognitiva en el corto y largo plazo es muy clara, ya que funcionan mejor cuando los niños se benefician de ellos, reduciendo la desnutrición, proporcionando alimentación equilibrada, educando a los padres sobre las necesidades nutricionales de sus hijos.
- Es necesario realizar investigaciones concretas que apunten a mejorar hábitos de alimentación que mejoren el desarrollo cognitivo de los niños y las niñas tanto de sectores rurales como urbanos, además es prudente diseñar huertos infantiles como proyectos educativos, es un proceso dinámico e integrador para el párvulo, además es necesario que el personal docente conforme un equipo de trabajo con la finalidad de intercambiar ideas y aplicarlas al proceso alimentario.

REFERENCIAS Y BIBLIOGRAFÍA

3.8.1 Bibliografía citada.

- ÁLVAREZ, Rafael. (2005). “Salud Pública y Medicina” Primera edición. Editorial: ediciones díaz de santos, País: Guatemala. (pág.222).
- BELTRAN Walter. (2011). “Dietética Infantil”. Editorial: Editorial Educativa. País: Colombia. (Pág.90)
- BEJARANO, M. A Cesar. (2005). “Huerto Orgánico Infantil”, Editorial: Toledo. País: Paraguay. (Pág.18).
- COLOMBO, Jorge A. (2012). “Desarrollo Cognitivo”. Editorial: Henson T. País: Córdoba Argentina. (Pág. 15).
- CUERPO DE MAESTROS, (2006). “Educación Infantil”. Editorial Cep, S.L. País: España. (Pág. 197).
- DIAZ VILLANUEVA, Constanza. (2009) “Trastornos de la Alimentación”. Editorial: Ligia Comunicación Y Tecnología. País: España (Pág.37).
- DOMÍNGUEZ GARCÍA, Laura. (2006). Editorial: Interamericana De Asesoría Y Servicios S.A. Del C.V. País: Reynosa, Tamaulipas, México. (Pág. 134)
- GISPER Carlos. (2001). “Psicología infantil y Juvenil”, Editorial: Océano Edición Segunda. País: Barcelona España (Pág.56).
- Guía Ser Padres publicada en el (2010). “Pirámide Alimenticia”. Editorial: Cultura Librera Americana. País: Argentina. (Pág. S/N).
- GEORGE S. MORRISON. (2005), “Desarrollo Cognitivo”. Edición: 9na. Editorial: Pearson Hall. País: España. (Pág. 99).
- GEORGE S. MORRISON. (2005), “Desarrollo Cognitivo”. Edición: 9na. Editorial: Pearson Hall. País: España. (Pág. 99).

- GONZALES María, (2010). “Nutrición Infantil”. Editorial: Difusión Avances De Enfermería. Edición Cuarta. País: Ecuador.(Pág.27).
- GONZALES María, (2010). “Nutrición Infantil”. Editorial: Difusión Avances De Enfermería. Edición Cuarta. País: Ecuador.(Pág.27).
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN. (2014). “Curículo de Educación Inicial”. Versión: Web Isbn: 978-9942-07-625-0. Pais: Quito:(PÁG. 11).
- MINISTERIO DE SALUD DE ARGENTINA. (2014). “Nutrición Infantil”. (Pág.1).
- MINISTERIO DE AGRONOMÍA GANADERÍA Y PESCA. (2013). “Asesoría Técnica”. País: Ecuador, Distrito Cotopaxi. (Pág.S/N).
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN. (2014). “Curículo de Educación Inicial”. Pais: Ecuador, Quito: Versión ISBN: 978-9942-07-625-0. (pág. 11).
- ORREGO, Enrique (2011). “Grupos de Alimentos”. Madrid Alianza Editorial. País: España. (Pág. S/N).
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD EN SU PUBLICACIÓN (2014). “Crecimiento Y Desarrollo Del Niño Y La Niña”. Editorial: Adetokunbo O. Lucas (Ibadan) (Chair); Roy M. Anderson (London). País: ONU. (Pág. S/N).
- PEDRÓN Consuelo, (2013). “Trastornos de la alimentación”. Editorial: Universidad Autonoma De Madrid. Pais: España. (Pág. 35).
- PEÑA, L. (2002) “Modelos de Dietas por edades”, Editorial: Ecoe Ediciones. Pais: Colombia. (Pág. 12).
- Revista Virtual “SALUD Y MEDICINA”. (2013).Código Snies: 1315. (Pág. 1).
- REVISTA Conexión, (2011) “Alimentación correcta”, publicación. (Pág.1).
- Revista Programa Niños Saludable, (2003). “Cuidado de Huertos Infantiles”. Edicion: Afoe. Pais: España, Sevilla. (Pág. 3).
- Riso, María. (1996). “Elaboración De Dietas”. Editorial: Mcgraw-Hill. Pais: Mexico. (Pág.23).

- VÁZQUEZ, A.I y LÓPEZ, C. (2005) “Elaboración de Dietas Infantiles”, Edición: 2da. Editorial: Díaz de Santos. País: España. (Pág. 64)
- VERACOECHEA, Gladys, (2013). “Procesos Cognitivos”. Editorial: Psimatica. País: España, Madrid. (Pág.3).
- WOOLFOLK, A. (2010). “Psicología Educativa”. Editorial: Prentice Hall Mexico, País: México.(Pág. 100).

3.8.2 Bibliografía Consultada

- ACOSTA, Ricardo. (2010). “Orientaciones básicas. Plan Nacional del buen vivir”. Editorial: Don Bosco. País: ECUADOR.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN. (2014). “Curículo de Educación Inicial”. Quito: Versión Web ISBN: 978-9942-07-625-0.
- MATAIX, José (2009). “Nutrición y alimentación humana”, Edición: Psimatica. País: España, Madrid.
- MEDINA, Rosa (2008). “Puericultura y Nutrición Infantil”. Editorial: ECOE. País: Venezuela.
- MEEKS, Heit (2006). “Salud y bienestar”. Edición: Times II. País: EE.UU, New York PÁRRAGA.
- Revista Hogar (2012). Especial de nutrición. Equilibra la nutrición de tu hijo. Ecuador. Teorías de la pedagogía. (2004).

3.8.3 Bibliografía Virtual

- http://kidshealth.org/parent/en_espanol/nutricion/habits_esp.html#ministeriodesañude/educacion. SOLICITADA: 15, 09, 2013. Hora: 16:38
- http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/H_Recursos/h_1_Psicol_Educacion/h_1.5.Psicol_evolutiva/02.Ps_general_evolutiva. SOLICITADA: 15/09/2013. Hora: 21:30.

- https://encryptedtbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQPkp318MQUq4uoUhKYWyUE8aWRHjkg_Mda4BiUGfYRjbs4l9Gs. SOLICITADA: 06/10/2013. HORA: 15:20.
- <http://www.slideshare.net/kmla28/taller-de-nutricion-y-dietetica-intro-nutr-infantil>. SOLICITADA: 20/10/2013. HORA: 12H48.
- <http://www.alimentacion-sana.org/informaciones/novedades/infantil.htm>. SOLICITADA: 15/11/2013. HORA: 17:50.
- http://html.rincondelvago.com/alimentacion-nutricion-y-dietetica_2.html. SOLICITADA: 19/11/2013. HORA: 19:20.
- <https://es.pediasure.com/kid-nutrition/healthy-diets-for-kids>. SOLICITADA: 25/11/2013. HORA: 20:15.
- <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/childnutrition.html>. SOLICITADA: 11/12/2013. HORA: 14:00.
- <http://www.slideshare.net/diiositaa/etapas-evolutivas-del-nio>. SOLICITADA: 15/12/2013. HORA: 16:20.
- <http://etapasevolutivasjego.blogspot.com/etapas-de-piaget.html>. SOLICITADA: 08/01/2014. HORA: 15:14.
- <https://www.google.com.ec/search?q=etapas+evolutivas+del+ni%C3%B1o&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=viD9UsG6H4bXkQeAmIDwCg&ved=0CDsQsAQ&biw=1024&bih=576>. SOLICITADA: 15/01/2014. HORA: 18:25.
- <http://www.psicoactiva.com/arti/articulo.asp?SiteIdNo=775>. SOLICITADA: 06/08/2015. HORA: 20:50.
- http://www.psicoarea.com/etapas_evolutivas.htm: 15/08/2015. HORA: 12:30
- <http://encierrosinfantiles.obolog.com/>. SOLICITADA: 04/09/2015. HORA: 18:20.
- [/http://www.youtube.com/channel/UCgS3HHIc2OWqgew_03_0o6Q](http://www.youtube.com/channel/UCgS3HHIc2OWqgew_03_0o6Q). SOLICITADA: 09/10/2015. HORA: 20:14.

ANEXOS

ANEXOS

ANEXO 1

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI UNIDAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS

Encuesta realizada a la Lic. Coordinadora del C.I.B.V. “Las Gardenias”

1. ¿Qué es Dietética Infantil?

.....
.....

2. ¿Es una de sus funciones promover buenos hábitos alimenticios dentro de la Unidad de Atención?

.....
.....

3. ¿Permite que el infante consuma alimentos de bajo nivel nutricional, dentro del C.I.B.V?

.....
.....

4. ¿Dentro de la organización del C.I.B.V se ha establecido horarios y lugares para servirse los alimentos?

.....
.....

5. ¿Los Niños y niñas, del CIBV “Las Gardenias” cuentan con un programa de alimentación nutritiva que considere las comidas fundamentales y refrigerios?

.....
.....

6. ¿Cree usted que el crecimiento y desarrollo individual del párvulo, está relacionado con el tipo de dietética nutricional que se ingiera?

.....
.....

7. ¿El desarrollo Cognitivo fortalece el buen desempeño y rendimiento escolar dentro del C.I.B.V?

.....
.....

8. ¿Incluye en su jornada diaria actividades que estimulen a mejorar el apetito y consumo de alimentos producidos en el sector, que mejoren y fortalezcan el área cognitiva del niño y la niña?

.....
.....

9. ¿Qué es un huerto Infantil?

.....
.....

10. ¿Estaría de acuerdo en que se cree un Huerto Infantil dentro de su unidad de atención?

.....
.....

GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIÓN.

ANEXO 2

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
UNIDAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS
CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA

Encuesta dirigida a las Señoras Asistentes de Cuidado del Centro Integral del Buen Vivir “Las Gardenias”

OBJETIVO: Recolectar información acerca de la importancia de la NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V “LAS GARDENIAS”, DEL CANTÓN PUJILÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI.

INDICACIONES:

- Lea detenidamente.
- Conteste con absoluta verdad.
- Seleccione con una X a una sola alternativa.

1.- ¿El MIES o GAD local, realiza capacitaciones con frecuencia al personal de cuidado, sobre temas enfocados a la nutrición infantil?

SI

NO

2. ¿Conoce usted que es Nutrición y Dietética?

SI

NO

3. ¿Permite que el infante consuma alimentos de bajo nivel nutricional dentro del C.I.B.V?

SI

NO

4 ¿En sus planificaciones diarias involucra actividades prácticas como la elaboración de recetas alimenticias con sus niños y niñas?

S I
NO

5. ¿Cree usted que una alimentación equilibrada fortalece el desarrollo cognitivo del infante, mejorando su concentración y dinamismo dentro del CIBV?

S I
NO

6. ¿Comparte tiempo para explicar a su alumno o alumna, sobre la importancia de consumir toda la porción de comida que le sirven en el CIBV “Las Gardenias”?

S I
NO

7. ¿Sus párvulos muestran interés por recordar y conversar sobre los alimentos consumidos en el CIBV “Las Gardenias”?

S I
NO

8. ¿Utiliza estrategias apropiadas para fortalecer el desarrollo cognitivo mediante la alimentación?

S I
NO

9. ¿Es importante realizar actividades para el desarrollo cognitivo del niño y la niña?

S I
NO

10. ¿Qué estrategias considera usted más apropiadas para mejorar la alimentación y desarrollo cognitivo en los niños y niñas?

S I
NO

GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIÓN

ANEXO 3

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA

Encuesta dirigida a los Padres y Madres de Familia del Centro Integral del Buen Vivir “Las Gardenias”.

OBJETIVO: Recolectar información acerca de la importancia de la NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO EN NIÑOS Y NIÑAS MENORES DE 5 AÑOS DEL C.I.B.V “LAS GARDENIAS”, DEL CANTÓN PUJTLÍ, PROVINCIA DE COTOPAXI.

INDICACIONES:

- Lea detenidamente.
- Conteste con absoluta verdad.
- Seleccione con una X a una sola alternativa.

1. ¿Conoce usted sobre la Alimentación Equilibrada?

SI

NO

2. ¿En la preparación de alimentos para su niño o niña, utiliza, verduras, lácteos, cereales, frutas?

SI

NO

3. ¿Al salir de compras deja que su niño o niña, consuma papas etiquetadas, chitos, dulces?

SI

NO

4. ¿En las actividades diarias en casa su niño o niña, muestra interés por ayudar y compartir en familia, preparando alimentos, recetas nutritivas?

SI

NO

5. ¿Ha notado que su niño o niña, tiene sueño y pierde la concentración con mayor frecuencia?

SI

NO

6. ¿Comparte tiempo para explicar a su niño o niña, sobre la importancia de consumir toda la porción de comida que le sirven en el CIBV “Las Gardenias”?

SI

NO

7. ¿Su niño o niña cuando llega a casa, comenta sobre los alimentos consumidos en el CIBV “Las Gardenia”?

SI

NO

8. ¿En su casa siembra alimentos, que pueda cosecharlos y prepararlos?

SI

NO

9. ¿Hace lo posible para que la alimentación de su hijo sea la adecuada?

SI

NO

10 ¿Estaría de acuerdo en participar en un taller pedagógico para conocer cómo implementar un huerto y preparar alimentos en el CIBV “Las Gardenias”?

S I

NO

GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIAS

ANEXO 4

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS PÁRVULOS DEL CIBV. “LAS GARDENIAS”.

N.-	INDICADOR	SIEMPRE		AVECES		NUNCA		TOTAL	
		f	%	F	%	f	%	f	%
1	Come Verduras								
2	Consume Cereales								
3	Entre comida Chatarra y frutas prefiere la fruta?								
4	Termina la porción de alimentos en las comidas								
5	Muestra interés por la importancia del cuidado de las plantas, como principal fuente de alimento de las personas y los animales.								
6	Identifica los alimentos especialmente verduras q produce la agricultura del sector								
7	Participa en actividades colectivas del ámbito escolar, aportando ideas y siendo parte del grupo.								
8	Colabora en actividades de ámbito familiar y el aula, aportando ideas y asume responsabilidades sencillas								
9	Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere								
10	Experimenta procesos de crecimiento en plantas, variando los factores que lo propician o dificultan								

Elaborado por: Elizabeth Mata

MEMORIAS FOTOGRAFICÁS

Economista Gustavo Cañar Viteri, Alcalde del G.A.D.M del cantón Pujilí, uno de los aliados estratégicos mas importantes en esta investigación en donde se vinculo la Universidad Técnica de Cotopaxi, para mejorar las condiciones de vida especialmente el desarrollo y proceso enseñanza aprendizaje del niño y niña dentro de las unidades de atención del cantón.



Ing.: Hugo Garzón S. revisando los parámetros y requerimientos de la Tesis, para realizar el huerto Infantil, puesto que fue designado para colaborar en el proceso.



Momentos en los que la Tesista Elizabeth Mata recorre las instalaciones de la unidad de atención, para establecer un cronograma de actividades según necesidades, al mismo tiempo que coordinar el espacio de campo que se utilizara para la siembra de los productos



Áreas lúdicas en las cuales se realizaron las actividades de acuerdo a las necesidades de la investigación, con la ayuda de la comunidad educativa del CIBV “Las Gardenias”



Observamos al técnico del MAGAP Pujilí Ing. Carlos Guilcaso constatando el espacio preparado para realizar el semillero.



Minga de PP.FF, convocada con el objetivo de realizar el trabajo de campo preparando la tierra y el espacio en el que se realizaron la siembra de semillas de verduras, frutas, tuvimos la presencia del Sr. Concejal del G.A.D.M de Pujilí.



Adquisición de Semillas de diversa variedad tomando en cuenta el suelo, y el piso climático



Asistencia técnica del Ing. De MAGAP para iniciar el proceso de siembra de las semillas, con instrumentos adecuados para el trabajo, mientras tanto los PP.FF, preparan y seleccionan el abono y semillas que servirán para el Huerto Infantil.



Finalmente según la capacitación fue necesario tapar el semillero con plástico negro puesto que así germinarían rápido las semillas hasta convertirse en plántulas.



Puesto que el tema del Huerto infantil debía ser utilizado como una herramienta pedagógica, y según la investigación de la Tesista se realizaron camas Pedagógicas acorde al tamaño de los niños y niñas, para que puedan realizar los talleres de horticultura según las actividades planificadas.



Tesista y PP.FF, clavando estacas para que se puedan sostener las camas para el Huerto Infantil.



Posteriormente se debió dar seguimiento al proceso de crecimiento de las plántulas en el semillero, así que luego de 8 días aproximadamente se retiró el plástico aprovechando el periodo de vacaciones de los párvulos



Tesista regando agua en las plántulas que empezaban a brotar, este proceso se lo realizo todos los días a partir de las 17H00, se logró realizar turnos entre los PP.FF que vivían en el sector Las Gardenias



Se Puede observar a las semillas en germinación, trabajo cumplido se estaban convirtiendo en plántulas, sin duda un proceso motivante para toda la comunidad educativa del CIBV



Niños y niñas en los talleres de horticultura en donde pudieron conocer de manera directa el proceso de crecimiento de las verduras, para ello se necesitó ropa adecuada para el trabajo y herramientas en este caso una regadera de agua.



Momentos en los que los Niños y niñas preparan las camas con abono orgánico traído por los PP.FF, una de las ventajas de realizar la investigación fue que la mayoría provenían de sectores rurales en donde ya tenían un contacto directo con la naturaleza, además los párvulos ya ayudaban en los trabajos de siembra en las propiedades de sus padres, por lo que no fue tan difícil lograr que se adapten al proceso.



Técnico del MAGAP, revisando si las plántulas ya están listas para el trasplante a las camas realizadas para el Huerto Infantil



Niños y Niñas en los últimos talleres de Horticultura, compartiendo trabajo en equipo con sus compañeritos, se observó que a partir de realizar esta investigación y su aplicación los infantes preguntaban más acerca del tema y querían conocer las verduras, además se pudo notar que en los horarios de alimentación procuraban consumir todas las verduras que se les proporcionaban, gradualmente se está cambiando el hábito alimenticio de los niños y niñas con las ayuda de toda la comunidad educativa, algo muy favorable para el proceso ya que sin duda se contribuyó a mejorar el área cognitiva del niños y niñas desarrollo intelectual en general.

