



Universidad  
Técnica de  
Cotopaxi

# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**

## **FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN**

### **CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN**

#### **PARVULARIA**

#### **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**“LA NUTRICIÓN INFANTIL EN EL NIVEL INICIAL EN NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS”**

Proyecto de Investigación presentado previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación mención Educación Parvularia.

#### **AUTORA:**

GUZMÁN PLAZES Beronica Jasmina

#### **TUTORA**

Msc. CONSTANTE BARRAGÁN María

Fernanda

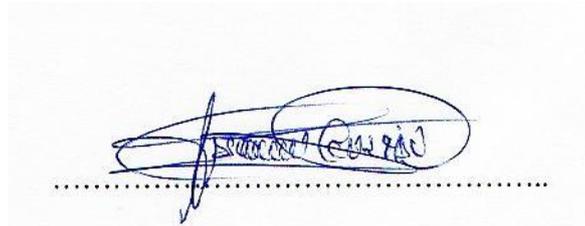
Latacunga – Ecuador

Febrero 2019

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Guzmán Plazes Beronica Jasmina, declaro ser autora del presente proyecto de investigación “La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años”, siendo la MSc. María Fernanda Constante Barragán tutora del presente trabajo; y eximimos expresamente a la Universidad Técnica de Cotopaxi y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales.

Además, certifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.



Guzmán Plazes Beronica Jasmina

C.C. 1713710471

## **AVAL DEL TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

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

“La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años”, de Guzmán Plazes Beronica Jasmina de la carrera de Licenciatura 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 Proyecto que el Honorable Consejo Académico de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Técnica de Cotopaxi designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga, Febrero 2019

El Tutor



.....  
Msc. Constante Barragán María Fernanda

C. 050276795 - 7



## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN

En calidad de Tribunal de Lectores, aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Facultad de Ciencias Humanas y Educación; por cuanto, la postulante Guzmán Plazes Beronica Jasmina con el título de Proyecto de Investigación “La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años” han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Sustentación de Proyecto.

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

Latacunga, Febrero 2019

Para constancia firman:

Msc. Culqui Cerón Catherine  
C.I. 0502828619  
LECTOR 1

Msc. Defaz Gallardo Paola  
C.I. 0502632219  
LECTOR 2

Msc. Cañizares Vasconez Lorena  
C.I. 0502762263  
LECTOR 3

## **AGRADECIMIENTO**

A la vida por darme la oportunidad de estar en este mundo, en especial a mi madre, Maricela Guzmán, quien siempre me dio su apoyo y cariño incondicional cuando lo necesite.

A mi hijo Antony, a mi hermano Edwin y a mi cuñada Lourdes, a todos los amigos, compañeros y personas que me apoyaron de una u otra manera, que me animaron con su buena voluntad y motivación a la MSC. María Fernanda Constante, quién ha sido un apoyo fundamental en la elaboración del presente proyecto y un agradecimiento a esta gran institución como es la Universidad Técnica de Cotopaxi.

***Beronica Guzmán***

## **DEDICATORIA**

Mi proyecto de investigación la dedico con todo mi amor y cariño a mi hijo Antony Jhosef Mise Guzmán, por ser fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos depara un futuro mejor. A mi amada madre y hermano quienes con sus palabras de aliento no me dejaban decaer para siguiera adelante y siempre sea perseverante y cumpla con mis ideales, a mis compañeros y amigos presentes y pasados, quienes sin esperar nada a cambio compartieron sus conocimientos, alegrías y tristezas y a todas aquellas personas estuvieron a mi lado apoyándome y lograron que este sueño se haga realidad. Gracias a todos.

*Berónica Guzmán*



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

TÍTULO “La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años”

**Autora:**

Guzmán, Plazes Beronica Jasmina

## RESUMEN

La investigación acerca de la nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años se enmarcó en el objetivo de analizar la influencia de la nutrición infantil en los primeros años de vida en el Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”, mismo que se encuentra ubicado en la Parroquia Ignacio Flores, del Cantón Latacunga, en la Provincia de Cotopaxi. El presente trabajo ha abordado la problemática del deficiente nivel de nutrición en los niños, lo cual afecta su desarrollo integral y aprendizaje en los niños de 1 a 3 años, por lo cual se ha convertido en un eje orientador dentro de los planes y políticas públicas que regulan el funcionamiento de los Centro de Desarrollo Infantil a través de la Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral del MIES, de igual forma como parte de los ejes de desarrollo establecidos en el Currículo de Educación Inicial, por lo cual las educadoras deben enfatizar el desarrollo de hábitos alimenticios en este nivel educativo. Para ello, se ha aplicado una metodología cualitativa y cuantitativa, en la que se conjuga el diseño bibliográfico con el diseño de campo, a través del cual se ha contrastado la información técnico-científica con los datos recopilados de la institución, por medio de una entrevista a la coordinadora del centro infantil, una encuesta a las educadoras y una encuesta a los padres de familia. Los beneficiarios de la investigación fueron 81 niños de 1 a 3 años, 15 educadoras, una coordinadora y 81 padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, en el periodo octubre 2018-enero 2019. El impacto que ha alcanzado la investigación se ha descrito en el ámbito social y educativo, aportando datos concretos sobre la nutrición infantil con el propósito que sirva de referencia para el mejoramiento de los procesos y las prácticas educativas de las docentes. Los resultados obtenidos en la investigación han permitido determinar que la alimentación que se provee a los niños de 1 a 3 años en la institución no cumple con los requerimientos establecidos en la Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral y tienen deficiencia en la inclusión de frutas y verduras, mismas que proveen la gran mayoría de micronutrientes que requiere el organismo. Del mismo modo se ha podido deducir que las educadoras no desarrollan un rol activo para la promoción de una buena nutrición infantil y que en el contexto familiar las prácticas alimenticias son inadecuadas lo cual perjudica el estado nutricional de los infantes.

**Palabras Clave:** Nutrición infantil, alimentación, hábitos alimenticios, salud, aprendizaje.



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

## FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

TÍTULO “La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años”

**Autora:**

Guzmán, Plazes Beronica Jasmina

### ABSTRACT

The research is about infant nutrition at initial level on children from 1 to 3 years was framed in the objective of analyzing the influence of infant nutrition at first year of life in on Children Development Center "Luis Fernando Ruiz", same which is located in Ignacio Flores, of the Latacunga Canton, Cotopaxi Province. The present work has addressed the problem of the deficient nutrition level on children, which affects their integral development and learning children from 1 to 3 years, for which it has become a guiding axis within the plans and public policies that regulate the operation of the Children Development Center through the Technical Standard of Integrated Children Development of the MIES, in the same way as part of the development axes established in the Initial Education Curriculum, for which the educators must emphasize the development of eating habits in this educational level. For this, a qualitative and quantitative methodology has been applied, where bibliographic design is combined with the field design, through technical-scientific information has been contrasted with the data collected from the institution, by an Interview with the coordinator of the children center, a survey to the educators and parents. The beneficiaries of this research were 81 children from 1 to 3 years old, 15 educators, a coordinator and 81 parents from the Luis Fernando Ruiz Child Development Center, at the period October 2018-January 2019. The impact that the research has reached has been described on social and educational field, providing specific data on child nutrition with the purpose that it serves as a reference for the improvement of the educational processes and practices of teachers. The results obtained in the research have allowed to determine that the food provided to children from 1 to 3 years in the institution that does not meet the established requirements on Technical Standard for Comprehensive Child Development and in the inclusion of fruits and vegetables, which provide the vast majority of micronutrients that the body requires. In the same way it has been possible to deduce that educators who do not develop an active role for the promotion of a good infant nutrition and that in the familiar context the alimentary practices are inadequate which harms the nutritional status of the infants.

**Keywords:** Child nutrition, food, eating habits, health, learning.



Universidad  
Técnica de  
Cotopaxi

CENTRO DE IDIOMAS

## AVAL DE TRADUCCIÓN

En calidad de Docente del Idioma Inglés del Centro de Idiomas de la Universidad Técnica de Cotopaxi; en forma legal CERTIFICO que: La traducción del resumen de tesis al Idioma Inglés presentado por la señorita egresada de la Carrera de Educación Parvularia: **GUZMÁN PLAZES BERONICA JASMINA** cuyo título versa “**LA NUTRICIÓN INFANTIL EN EL NIVEL INICIAL EN NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS**”, lo realizó bajo mi supervisión y cumple con una correcta estructura gramatical del Idioma.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad y autorizo al peticionario hacer uso del presente certificado de la manera ética que estimaren conveniente.

Latacunga, Febrero 2019

Atentamente,

  
Lic. Edison Marcelo Pacheco Pruna  
**DOCENTE CENTRO DE IDIOMAS**  
**C.C. 0502617350**

## ÍNDICE

<b>Contenido</b>	<b>Pág.</b>
PORTADA .....	i
DECLARACIÓN DE AUTORÍA .....	ii
AVAL DEL TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN .....	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
RESUMEN .....	vii
ABSTRACT .....	viii
AVAL DE TRADUCCIÓN.....	ix
ÍNDICE.....	x
ÍNDICE DE TABLAS .....	xiii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xiv
ÍNDICE DE CUADROS .....	xv
1 INFORMACIÓN GENERAL .....	1
2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO .....	3
3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO .....	4
4. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO .....	5
4.1. Beneficiarios Directos .....	5
4.2. Beneficiarios Indirectos .....	5
5. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN: .....	6
5.1. Contextualización del Problema .....	6
5.2. Formulación del Problema.....	9

6. OBJETIVOS .....	10
6.1. Objetivo General.....	10
6.2. Objetivos Específicos .....	10
7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVO PLANTEADOS .....	10
8. FUNDAMENTACIÓN TEORICA .....	11
8.1. NUTRICIÓN INFANTIL.....	11
8.1.1. ¿Qué es la nutrición infantil? .....	11
8.1.2. Impacto de la nutrición en la primera infancia .....	12
8.1.3. Clasificación de los nutrientes .....	13
8.1.4. Requerimientos nutricionales de los niños de 1 a 3 años .....	13
8.1.5. Limitaciones nutricionales en los niños.....	15
8.2. ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS .....	16
8.2.1. La alimentación saludable en el contexto actual .....	16
8.2.2. Dieta balanceada y su importancia .....	17
8.2.3. Factores que inciden en la alimentación.....	19
8.2.4. Recomendaciones dietéticas para niños de 1 a 3 años.....	20
8.3. EL CÍRCULO ALIMENTARIO .....	21
8.3.1. Grupos de alimentos y su incidencia en la salud .....	21
8.4.2. Orientaciones sobre la frecuencia y el tamaño de las porciones .....	23
8.4. EL ROL DE LA EDUCACIÓN INICIAL EN LA NUTRICIÓN.....	24
8.4.1. Educación nutricional y hábitos alimenticios .....	25
8.4.2. Estrategias para mejorar los hábitos alimenticios en niños de 1 a 3 años .....	26
9. PREGUNTAS CIENTÍFICAS .....	27
10. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	27

10.1. Enfoque .....	27
10.2. Tipo de diseño.....	28
10.3. Nivel de investigación .....	29
10.4. Técnicas e instrumentos.....	29
10.5. Población y muestra.....	30
11. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	32
11.1. Entrevista a la coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” ...	32
11.2. Encuesta dirigida a las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” .....	36
11.3. Encuesta dirigida a los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” .....	53
12. IMPACTO SOCIAL Y EDUCATIVO .....	61
13. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	62
14. BIBLIOGRAFÍA .....	64
15. ANEXOS .....	1

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Composición de menú para niños de 1 a 2 años .....	33
<b>Tabla 2</b> Composición del menú para niños de 2 a 3 años. ....	34
<b>Tabla 3</b> Sexo del encuestado/a .....	36
<b>Tabla 4</b> Tiempo de experiencia de la educadora.....	37
<b>Tabla 5</b> Nivel académico del título del encuestado/a .....	38
<b>Tabla 6</b> Capacitaciones sobre nutrición infantil .....	39
<b>Tabla 7</b> Conocimiento sobre la adquisición de hábitos en niños .....	40
<b>Tabla 8</b> La nutrición en las actividades educativas.....	41
<b>Tabla 9</b> Construcción de material didáctico para enseñar el círculo alimenticio .....	42
<b>Tabla 10</b> Estrategia para promover la importancia de comer sano .....	43
<b>Tabla 11</b> Guía de mano para enseñar el tamaño de las porciones de alimentos .....	44
<b>Tabla 12</b> Uso del rincón del hogar .....	45
<b>Tabla 13</b> Dinámicas para motivar la alimentación infantil .....	47
<b>Tabla 14</b> Consideración de los antecedentes de obesidad familiar.....	48
<b>Tabla 15</b> Orientación a los padres de familia .....	49
<b>Tabla 16</b> Actividades de prevención de consumo de comida chatarra .....	50
<b>Tabla 17</b> Tiempo semanal dedicado a la educación nutricional .....	51
<b>Tabla 18</b> Cumplimiento de los objetivos del currículo educativo .....	52
<b>Tabla 19</b> Importancia de la nutrición infantil .....	53
<b>Tabla 20</b> Orientación sobre nutrición infantil recibida por los padres .....	54
<b>Tabla 21</b> Peso bajo de los niños de 1 a 3 años .....	55
<b>Tabla 22</b> Conocimiento de los padres sobre las necesidades nutricionales .....	56
<b>Tabla 23</b> Consumo de grupos alimenticios .....	57
<b>Tabla 24</b> Frecuencia de consumo de comida chatarra .....	58
<b>Tabla 25</b> Frecuencia de actividad física en el hogar .....	60

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1</b> Sexo del encuestado/a.....	36
<b>Gráfico 2</b> Tiempo de experiencia de la educadora .....	37
<b>Gráfico 3</b> Nivel académico del título del encuestado/a .....	38
<b>Gráfico 4</b> Capacitaciones sobre nutrición infantil .....	39
<b>Gráfico 5</b> Conocimiento sobre la adquisición de hábitos en niños .....	40
<b>Gráfico 6</b> La nutrición en las actividades educativas .....	41
<b>Gráfico 7</b> Construcción de material didáctico para enseñar el círculo alimenticio .....	42
<b>Gráfico 8</b> Estrategia para promover la importancia de comer sano.....	43
<b>Gráfico 9</b> Guía de mano para enseñar el tamaño de las porciones de alimentos .....	44
<b>Gráfico 10</b> Uso del rincón del hogar.....	45
<b>Gráfico 11</b> Dinámicas para motivar la alimentación infantil.....	47
<b>Gráfico 12</b> Consideración de los antecedentes de obesidad familiar.....	48
<b>Gráfico 13</b> Orientación a los padres de familia .....	49
<b>Gráfico 14</b> Actividades de prevención de consumo de comida chatarra .....	50
<b>Gráfico 15</b> Tiempo semanal dedicado a la educación nutricional .....	51
<b>Gráfico 16</b> Cumplimiento de los objetivos del currículo educativo .....	52
<b>Gráfico 17</b> Importancia de la nutrición infantil .....	53
<b>Gráfico 18</b> Orientación sobre nutrición infantil recibida por los padres .....	54
<b>Gráfico 19</b> Peso bajo de los niños de 1 a 3 años .....	55
<b>Gráfico 20</b> Conocimiento de los padres sobre las necesidades nutricionales .....	56
<b>Gráfico 21</b> Consumo de grupos alimenticios.....	57
<b>Gráfico 22</b> Frecuencia de consumo de comida chatarra .....	58
<b>Gráfico 23</b> Frecuencia de actividad física en el hogar .....	60

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>Cuadro 1</b> Beneficiarios del proyecto .....	6
<b>Cuadro 2</b> Sistema de tareas en relación a los objetivos .....	10
<b>Cuadro 3</b> Requerimientos nutricionales de niños de 1 a 3 años .....	14
<b>Cuadro 4</b> Requerimientos minerales de niños de 1 a 3 años .....	14
<b>Cuadro 5</b> Requerimientos vitamínicos de niños de 1 a 3 años .....	14
<b>Cuadro 6</b> Composición nutricional de las comidas para niños de 1 a 2 años .....	20
<b>Cuadro 7</b> Composición nutricional de las comidas para niños de 12 a 3 años .....	21
<b>Cuadro 8</b> Raciones diarias de consumo por grupo alimenticio para niños de 1 a 2 años .....	23
<b>Cuadro 9</b> Guía de la mano para cálculo del tamaño de las raciones .....	23

## PROYECTO DE TITULACIÓN II

### 1 INFORMACIÓN GENERAL

- **Título del Proyecto:** La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años.
- **Fecha de inicio:** Octubre del 2018
- **Fecha de finalización:** Febrero 2019
- **Lugar de ejecución:**
  - **Ciudadela:** Municipal
  - **Barrio:** Sur
  - **Parroquia:** Ignacio Flores
  - **Cantón:** Latacunga
  - **Provincia:** Cotopaxi
  - **Zona:** 3
- **Institución:** Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”
- **Facultad que auspicia:** Facultad de Ciencias Humanas y Educación
- **Carrera que auspicia:** Carrera de Licenciatura en Ciencias de la Educación Mención Educación Inicial
- **Proyecto de investigación vinculado:** Proyecto de la carrera de educación parvularia
- **Equipo de Trabajo:**
  - **Tutor de Proyecto:** Msc. María Fernanda Constante Barragán
  - **Cédula:** 050276795-7
  - **Teléfono:** 0982548886

- **Correo:** maria.constante@utc.edu.ec
  
- **Investigadora:** Guzmán Plazes Beronica Jasmina
  
- **Cédula:** 1713710471
  
- **Teléfono:** 0984325622
  
- **Correo:** antonymise65@gmail.com
  
- **Área de Conocimiento:**
  
- Educación
  
- **Línea de investigación:**
  
- Educación y Comunicación para el Desarrollo Humano y Social
  
- **Sub líneas de investigación de la Carrera:**
  
- Sociedad y Educación

## 2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El proyecto de investigación titulado “La nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años” tuvo el propósito de profundizar en el conocimiento sobre la nutrición infantil, los requerimientos nutricionales en niños de 1 a 3 años de edad, así como las prácticas pedagógicas orientadas a cimentar hábitos alimenticios positivos desde la edad temprana, de tal manera que se aprovechen las características del desarrollo evolutivo y cognitivo de los infantes durante los primeros años de vida, para aplicar estrategias metodológicas que permitan generar hábitos y preferencias alimenticias saludables, debido a que los niños en la actualidad ejercen gran influencia en las decisiones de consumo de las familias.

El trabajo de investigación se ha desarrollado en 2 etapas fundamentales, en la primera se realizó una construcción teórica en base de la matriz de operacionalización de las variables de la investigación, para fundamentar un marco teórico que permita identificar los indicadores de la nutrición infantil acorde a los objetivos de la investigación, para ello, se acudió a fuentes bibliográficas primarias y secundarias, a través del análisis y síntesis de los fundamentos teóricos estructurar la fundamentación científica.

Posteriormente se procedió a realizar el trabajo de campo, a través de los instrumentos de recolección de datos descritos en la parte correspondiente, a la coordinadora de la institución, educadoras y padres de familia para analizar la realidad de la nutrición infantil de los niños de 1 a 3 años en la institución, mismos que fueron tabulados, analizados y discutidos para formular conclusiones y recomendaciones de la investigación.

### 3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

La presente investigación busca analizar los aspectos concernientes a la nutrición infantil, como eje clave para la educación desde el nivel inicial, para la salud y el bienestar de los infantes, siendo la nutrición fundamental para la prevención de enfermedades y garantía del crecimiento y desarrollo, de las personas desde la infancia y a lo largo de su vida. En este sentido, la relevancia de la investigación radica en identificar los aspectos sobre los cuales se está trabajando en el Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” con respecto a la nutrición, ya sea en la calidad de alimentación que se provee a los infantes como en las prácticas educativas para cimentar la práctica de buenos hábitos alimenticios desde la edad temprana.

La presente investigación es importante debido a que la nutrición infantil es un eje central para el desarrollo integral de los niños, además porque los estilos de vida actuales han llevado a la población a que se oriente más al consumo de comida chatarra y productos altamente procesados, lo cual afecta el estado nutricional, la salud y el bienestar de los infantes.

La originalidad de la investigación se sustenta en la investigación de estrategias innovadoras que permitan fomentar la adquisición de hábitos de alimentación saludable en los niños desde la primera infancia, a fin de combatir las malas prácticas de alimentación que actualmente se observan en la población y que pone en riesgo la salud, el crecimiento e incluso en algunos casos severos la vida de los infantes.

La novedad científica de la investigación se fundamenta en la carencia de investigaciones en el mencionado centro infantil y en el poco conocimiento que los involucrados en el cuidado y crianza de los infantes tienen acerca de la nutrición infantil, en aspectos clave como grupos alimenticios saludables, frecuencia de consumo y porciones recomendadas, acorde a la edad y a los requerimientos nutricionales de cada niño y niña, que les permitan proveer de una buena nutrición para garantizar su salud, crecimiento y aprendizaje de los infantes.

La investigación beneficiará a los niños y niñas de 1 a 3 años que acuden regularmente al Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”, mismo que se encuentra ubicado en la parroquia Matriz, del cantón Latacunga, provincia de Cotopaxi, las cuidadoras que laboran en el centro, el coordinador y los padres de familia, puesto que la nutrición es un aspecto que se

desarrolla tanto en el centro infantil, como en el hogar y es necesario que los padres de familia estén orientados sobre la importancia de la nutrición en la vida de los niños, como parte de sus derechos constitucionales y garantía para un adecuado crecimiento del infante y la igualdad de oportunidades, promulgada en el Plan de Desarrollo Nacional Toda una Vida.

El impacto que busca alcanzar la investigación es de tipo social y educativo. Social porque los niños y niñas que acuden a este centro infantil son niños y niñas, en su mayoría provenientes de familias del entorno rural, de bajos recursos económicos, de estructuras familiares monoparentales, entre otras, que son factores que pueden perjudicar su desarrollo en el nivel inicial, mermando la igualdad de oportunidades para todos los niños. Educativo debido a que se busca analizar las prácticas pedagógicas de las educadoras de la institución para el desarrollo y fortalecimiento de los hábitos alimentarios en los infantes.

La factibilidad del proceso de investigación se enmarca en la predisposición de las educadoras y el coordinador del Centro de Desarrollo Infantil para participar en el proceso investigativo, brindando las facilidades correspondientes y la información pertinente que se requiera en el proceso, además se cuentan con los recursos humanos, técnicos y tecnológicos disponibles, mismos que conjugados con la guía de los tutores de la Universidad Técnica de Cotopaxi y la investigadora de la carrera de Licenciatura Parvularia permitirán alcanzar los objetivos planteados.

## **4. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO**

### **4.1. Beneficiarios Directos**

Los beneficiarios directos de la investigación son los niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”, y las educadoras que laboran en dicha institución.

### **4.2. Beneficiarios Indirectos**

Los beneficiarios indirectos de la investigación son los padres de familia de la institución y las autoridades. Puesto que estos son partícipes tanto de la alimentación como del desarrollo infantil integral.

Cuadro 1 Beneficiarios del proyecto

<b>Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz ”</b>			
<b>Beneficiarios directos</b>		<b>Beneficiarios indirectos</b>	
<b>Niños de 1 a 3 años</b>	81	<b>Coordinador</b>	1
<b>Educadoras</b>	15	<b>Padres de familia</b>	81
<b>TOTAL</b>	96	<b>TOTAL</b>	82
<b>TOTAL</b>		<b>178</b>	

Elaborado por: Beronica Guzmán

## **5. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:**

### **5.1. Contextualización del Problema**

La nutrición infantil es una pieza fundamental en la primera infancia y se ha constituido como prioridad dentro de las políticas públicas en todo el mundo, debido al impacto de la nutrición infantil en la calidad de vida, salud y bienestar del ser humano. “El estado nutricional de los niños está intrínsecamente relacionado con el crecimiento y desarrollo en las distintas etapas de la vida y debe evaluarse integralmente” (León, Terry, & Quintana, 2009, p. 3). Cimenta las bases sobre las cuales se inscribe el desarrollo infantil y que perdurarán a lo largo de la vida de la persona.

Las características nutricionales de la población se ven afectadas por diversas situaciones del contexto social y cultural en el que viven los niños y sus familias. Rivero et al, (2015) consideran que: “La situación actual de crisis hace que haya un número elevado de niños malnutridos” (p. 389). Las crecientes crisis en el mundo afectan principalmente a los grupos vulnerables, en el caso de los niños, las deficiencias nutricionales pueden generar retrasos en el desarrollo, bajo peso y en los casos más graves emaciación, que son estados de desnutrición graves en los que los niños tienen alto riesgo de morir.

De acuerdo a una investigación desarrollada de la Unicef (2013) menciona que en el mundo: “Aproximadamente 52 millones de niños y niñas menores de 5 años sufren emaciación moderada o grave en el mundo” (p. 12). Siendo esta una condicionante que pone en riesgo su vida y su crecimiento. “En la región hay actualmente 6,1 millones de niños menores de 5 años

con desnutrición crónica, de ellos 3,3 millones de Sudamérica, 2,6 millones de Mesoamérica y 200 000 del Caribe” (Organización Mundial de la Salud, 2017, p. 87).

Estas cifras permiten evidenciar la profundidad de la problemática de la nutrición a nivel mundial, razón por la cual las organizaciones y los gobiernos han buscado estrategias para promover una adecuada nutrición infantil, enfocada hacia las familias, hacia las comunidades y hacia la escuela.

Debido a la dependencia característica de los infantes por su condición de vulnerabilidad, los adultos de su entorno son los responsables directos de su cuidado, protección y bienestar, de tal forma que, requiere de la intervención de los adultos brindar una adecuada nutrición a los niños y por otra parte también ir desarrollando sus hábitos de autonomía alimentaria, de manera que puedan los infantes identificar el tipo de alimentación que deben ingerir para tener una nutrición adecuada.

Cabe mencionar que el crecimiento, desarrollo y aprendizaje del individuo se encuentra también condicionado por la nutrición y la salud, para alcanzar el máximo potencial de aprendizaje desde los primeros niveles de educación, el niño debe tener una situación óptima de nutrición, por lo cual la nutrición infantil y la educación inicial se encuentran estrechamente relacionadas entre sí.

En el Ecuador, de acuerdo a los datos del INEC (2014) a nivel nacional existen 1.346.286 niños entre 1 a 4 años, de los cuales 42.297 se encuentran en la provincia de Cotopaxi, Del mismo modo señala que un cuarto de la población menor de 2 años de edad (24,8%) presentó desnutrición crónica. De la misma manera la OMS (2017) señala que en Ecuador existe una prevalencia de 12,1% de niños con bajo peso al nacer, pese a que en el país ha existido una reducción de la desnutrición crónica infantil que en el año de 1996 llegó al 40,2% en el año 2016 se contabilizó en 25,2%.

Por consiguiente, la deficiente nutrición infantil es una problemática latente en el país y requiere de una apropiada intervención educativa orientada a aprovechar esta etapa vital para el establecimiento de aprendizajes y hábitos que les garanticen una adecuada nutrición, de igual forma se requiere una orientación didáctica hacia las familias de los infantes, para que en cada uno de los hogares se promueva y se brinde una adecuada alimentación a los niños, lo

cual permitirá mejorar la nutrición. En este escenario el gobierno nacional plantea en el Plan Toda una Vida (2017) como parte de las políticas públicas en el país:

Combatir la malnutrición, erradicar la desnutrición y promover hábitos y prácticas de vida saludable, generando mecanismos de corresponsabilidad entre todos los niveles de gobierno, la ciudadanía, el sector privado y los actores de la economía popular y solidaria, en el marco de la seguridad y soberanía alimentaria (p. 58).

En este sentido, desde la política pública se orienta a la búsqueda y aplicación de estrategias viables para mejorar la calidad de la nutrición en los niños durante la primera infancia, con el objetivo de asegurar su desarrollo integral, para lo cual se requiere un trabajo mancomunado de los sectores públicos y privados, como es la familia, la escuela, la sociedad en general.

Ferreira et al, (2011) señala que existen “69.237 niños y 71.564 niñas en los niveles de educación preescolar en Ecuador” (p. 25). Es decir, de 0 a 5 años que se encuentran matriculados en un centro educativo, en cualquiera de sus modalidades. Lo cual es una pieza clave para mejorar la nutrición en los niños. El acceso de los niños y niñas a la educación inicial, contribuye a mejorar su calidad de vida, como parte de las políticas públicas se les brinda la alimentación adecuada normada de forma técnica a través de las instituciones pertinentes y se brinda una intervención educativa, orientada a formar hábitos alimenticios saludables.

Congruentemente, con aquello, Crespo (2017) señala. “la educación para la salud, es una de las mejores herramientas, que contribuye al fomento de estilos de vida saludables en niños y adolescentes” (p. 24). Desde esta perspectiva, la educación inicial es el espacio propicio y oportuno para incentivar buenas prácticas alimentarias, porque como recalca el mismo autor, “los niños están en periodo de formación física, psíquica y social que poseen una gran capacidad para el aprendizaje y asimilación de hábitos” (p. 23). No obstante, también hace consideraciones sobre la deficiente actuación del personal docente, principalmente por la falta de conocimiento, estrategias y material didáctico para promover positivamente a la adquisición de adecuados hábitos alimentarios en los infantes.

El Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, se encuentra ubicado en la provincia de Cotopaxi, en el cantón Latacunga, parroquia Ignacio flores, en la ciudadela municipal del barrio sur, cuyo fin es brindar atención integral a los niños y niñas menores de 4 años, como grupos de atención prioritaria, por sus condiciones de vulnerabilidad. A través de la

observación de la investigadora se ha podido evidenciar que los niños que asisten a este centro infantil no tienen adecuados hábitos alimenticios, lo cual puede perjudicar su nutrición.

El Ministerio de Salud (2017) indica que en el año descrito en el Cantón Latacunga se ha atendido a: “10.663 a infantes con desnutrición crónica” (p. 31). Esto es el resultado de diferentes factores, tanto sociales como culturales de la población.

Los padres de los infantes recurren con generalidad a comida rápida o snacks que ayuden a saciar el hambre de los niños mientras ellos realizan sus labores comerciales, en el tiempo que los niños no se encuentran en el centro infantil. De igual manera, existe una deficiente promoción educativa de la nutrición, debido a la falta de estrategias por parte de las educadoras para incentivar a los infantes a adquirir buenas prácticas alimenticias y para orientar a los padres acerca de la importancia de la nutrición y alimentación en la primera infancia, como pieza clave del desarrollo infantil.

Desde la observación a la práctica pedagógica de las educadoras se ha identificado la escasa inclusión de temas de nutrición y la falta de material didáctico que ayude a identificar los alimentos nutritivos y a promover preferencias de alimentación saludables en los infantes, debido a que en la actualidad los niños tienen una gran incidencia en las prácticas alimenticias de las familias y deben ser motivados para el consumo de comida sana, que incluya la gran variedad de alimentos del círculo.

Por lo tanto, es necesario que la investigación tome en consideración tanto el rol que está cumpliendo la promoción educativa en el centro infantil para la adquisición de adecuados hábitos alimentarios en los infantes de 1 a 3 años, orientado a que ellos de forma autónoma identifiquen los alimentos que deben consumir para tener una buena nutrición, salud y desarrollo, como a la calidad de alimentación que se está brindando a los infantes, para saber si cumple con los requerimientos nutricionales de cada grupo etario.

## **5.2. Formulación del Problema**

¿Cómo influye la nutrición infantil en el nivel inicial en niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, perteneciente a la parroquia Ignacio Flores, cantón Latacunga, provincia de Cotopaxi en el periodo octubre 2018-febrero 2019?<sup>6</sup>. OBJETIVOS:

## 6. OBJETIVOS

### 6.1. Objetivo General

Analizar la influencia de la nutrición infantil en el nivel inicial de los niños y niñas de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”

### 6.2. Objetivos Específicos

- ❖ Determinar la influencia de la educación en el desarrollo de hábitos alimenticios en el nivel inicial con niños de 1 a 3 años.
- ❖ Investigar las características de la nutrición infantil en los niños de 1 a 3 años en el Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”.
- ❖ Establecer las limitaciones nutricionales que presentan los infantes en el entorno familiar

## 7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVO PLANTEADOS

Cuadro 2 Sistema de tareas en relación a los objetivos

Objetivo	Actividad	Resultado de la actividad	Medios de Verificación
Determinar la influencia de la educación en el desarrollo de hábitos y comportamientos alimenticios en el nivel inicial con niños de 1 a 3 años	Revisar fuentes bibliográficas.	Conocer la percepción de las educadoras del centro infantil sobre la nutrición y la educación inicial	Encuesta - Cuestionario
	Identificar relaciones teóricas sobre nutrición y educación infantil		
	Diseñar y aplicar una encuesta a las educadoras		
Investigar las características de la nutrición infantil en los niños de 1 a 3	Identificar los indicadores nutricionales en niños de 1 a 3 años en la norma técnica del CIBV	Examinar el tipo de nutrición que el centro infantil provee a los niños	Entrevista-Guía de preguntas

años en el Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”.	Determinar el rol del dentro infantil en la nutrición de los niños		
	Diseñar y aplicar una entrevista al coordinador del centro infantil		
Establecer las limitaciones nutricionales que presentan los infantes en el entorno familiar	Identificar limitaciones nutricionales en el contexto familiar	Establecer las limitaciones nutricionales que presentan los niños	Encuesta-Cuestionario
	Diseñar y aplicar una encuesta a los padres de familia		

## 8. FUNDAMENTACIÓN TEORICA

### 8.1. NUTRICIÓN INFANTIL

#### 8.1.1. ¿Qué es la nutrición infantil?

La nutrición es el estado superior que surge como resultado de la alimentación, a través de la cual se provee a organismo de los alimentos que derivarán en lo posterior mediante los procesos metabólicos en nutrientes esenciales que se requieren para el funcionamiento de cada una de las células del cuerpo humano. “Entendemos por nutrición al conjunto de procesos gracias a los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos, que constituyen los materiales necesarios y esenciales para el mantenimiento de la vida” (Galán, 2011, p. 2). En este sentido, se conceptualiza la nutrición como un elemento fundamental para la vida, siendo este el que provee la energía y los nutrientes que el organismo necesita para el desarrollo, la salud y el bienestar.

Macías et al. (2012), manifiestan que:

La nutrición es el proceso aporta energía para el funcionamiento corporal, regula procesos metabólicos y ayuda a prevenir enfermedades. Desde la llamada

tridimensionalidad de la nutrición establece las relaciones entre los alimentos y los sistemas biológicos, sociales y ambientales de cada sociedad (p. 41).

La nutrición por tanto es un estado superior de la alimentación que radica en factores externos como los hábitos alimenticios e internos como la capacidad para digerir los alimentos. En consecuencia, la nutrición es el resultado de procesos externos e internos por medio de los cuales el individuo adquiere los nutrientes necesarios para su desarrollo.

El estado nutricional de los niños y niñas se determina mediante análisis clínicos en los que se estudia a profundidad los niveles de nutrientes que tiene el cuerpo humano, esto consistentemente con el tipo de alimentación y calidad de vida que tiene cada persona. Es importante recordar que el peso corporal de una persona no se relaciona necesariamente con una buena nutrición, puesto que el sobrepeso también refleja una nutrición deficiente y puede comprometer la salud y el bienestar de la persona.

### **8.1.2. Impacto de la nutrición en la primera infancia**

Un niño mal nutrido presenta trastornos en la atención, cansancio, irritabilidad y falta de concentración. Es por ello que la dieta debe ser completa y adecuada para asegurar un óptimo crecimiento y desarrollo. La alimentación adecuada permite al niño gozar de un pleno bienestar biológico, psicológico y social, que, a su vez, augura un óptimo aprendizaje y desarrollo en las diferentes dimensiones del crecimiento y desarrollo infantil.

Se debe resaltar que los niños merecen toda la atención de sus padres y docentes para que puedan formar hábitos sanos alimenticios. Conocer la incidencia de la sana alimentación y el rendimiento académico del niño.

Pollit (1984) señala que “la malnutrición es un factor de riesgo para la escolaridad” (p.15). Debido a que genera impactos negativos en su organismo y en su atención que dificultan la asimilación efectiva de los contenidos que se exponen dentro del campo educativo. Los niños y niñas mal nutridos se pueden ver afectados en la totalidad de su bienestar, tanto físico, cognitivo, psicológico, emocional y afectivo.

Por considerarse la malnutrición como un factor de riesgo para la escolaridad, con mayor razón este estado del infante es un agravante a sus condicionantes para el desarrollo cognitivo.

Iglesias (2012) menciona que:

La desnutrición durante los primeros dos años de vida podría inhibir el crecimiento del cerebro y esto produciría una reducción permanente de su tamaño y un bajo desarrollo intelectual; los primeros dos años de vida no solo corresponden al período de máximo crecimiento del cerebro, sino que, al final del primer año de vida, se alcanza el 70% del peso del cerebro adulto, constituyendo también, casi el período total de crecimiento de este órgano (p. 37).

Es importante que tanto la familia como los cuidadores se encuentren totalmente informados sobre la nutrición infantil, desde los espacios de atención de la salud pública de tal modo que se asegure una buena alimentación desde el nacimiento que permita a los niños desarrollarse normalmente física y cerebralmente. El crecimiento físico y cerebral en los primeros años de vida sucede de manera muy rápida por lo que un estado de desnutrición puede generar un retraso significativo y perdurable en el infante.

### **8.1.3. Clasificación de los nutrientes**

Los nutrientes que el organismo necesita para su adecuado desarrollo y crecimiento se clasifican en macronutriente y micronutrientes que Mora (2016) describe como:

-Macronutrientes: Son llamados así porque son los nutrientes que más energía aportan al organismo. Hay tres tipos de macronutrientes: Los hidratos de carbono también llamados azúcares o glúcidos, las grasas o lípidos y las proteínas.

-Micronutrientes; Aportan menos energía que los macronutrientes, como es el caso de las vitaminas (liposolubles e hidrosolubles), o no tienen ningún tipo de aportación energética como ocurre con los minerales y el agua (p. 7).

Tanto los macros como los micronutrientes son importantes y se deben consumir con relativa frecuencia de acuerdo a las características metabólicas del organismo.

### **8.1.4. Requerimientos nutricionales de los niños de 1 a 3 años**

La nutrición en los primeros años de vida es trascendental para el crecimiento, desarrollo y la salud de los infantes, por ende, sus requerimientos nutricionales son también particulares, los niños y niñas de 1 a 3 años, se encuentran mayoritariamente en un proceso de transición de la alimentación materna exclusiva hacia la alimentación complementaria, por lo cual sus requerimientos nutricionales se describen en el siguiente cuadro:



<b>1-2 años</b>	1332	6	400	15	40	0.5	0.5	6	150	0.9	0.5
<b>2-3 años</b>	1332	6	400	15	40	0.5	0.5	6	150	0.9	0.5

**Fuente:** Tomado de Noguera, et al, (2013) Alimentación complementaria en niños sanos de 6 a 36 meses, p. 130-131.

Como se evidencia, los requerimientos nutricionales expuestos por diversos autores exigen de una dieta variada que pueda proveer a los infantes todos los macro y micro nutrientes que requiere para su salud, puesto que la deficiencia de estos nutrientes puede generar afectaciones directas en la salud, como por ejemplo la deficiencia de hierro que puede generar anemia, la deficiencia de zinc que puede generar retraso en el crecimiento, la deficiencia de vitamina A que puede producir xerofalmia, especialmente en niños que no han recibido alimentación con leche materna.

### **8.1.5. Limitaciones nutricionales en los niños**

Las limitaciones nutricionales de los niños y niñas de 1 a 3 años, acorde a Rivero et al, (2015) son:

- Alta ingesta de proteínas en este grupo de edad, que puede llegar a ser cuatro veces superior a lo recomendado.
- La mayor parte de los niños no ingiere la cantidad de vitamina D recomendada. A esto hay que unir las recomendaciones internacionales de prevenir la excesiva exposición solar, por lo que los niños de esta edad tienen riesgo de hipovitaminosis D (7).
- Casi el 2% de los niños mayores de 2-3 años no desayuna, y entre los que sí desayunan hay un 10 % que ingiere zumos comerciales en lugar de lácteos.
- No existen recomendaciones científicas concretas nacionales ni internacionales sobre la dieta óptima para esta edad.
- Los niños pequeños requieren de un adulto para comer, por lo que su ingesta está influenciada por las creencias de este con respecto a las cantidades y calidades de la alimentación.
- A esta edad muchos niños empiezan a acudir a la guardería, donde se les da una o dos comidas, cuya composición es a criterio del servicio de cocina.

-A lo largo del día pueden administrar la alimentación diferentes personas: padre, madre, cuidador en el hogar, cuidador en la guardería, etc., por lo que puede ser difícil conocer la alimentación real que recibe un niño.

-Existen pocos programas acreditados de formación en Dietética básica para padres y/o educadores (p. 110).

Es importante reconocer que la nutrición infantil depende en gran medida de los adultos encargados del cuidado y la crianza de los niños y de sus prácticas o preferencias sociales y culturales, así como el nivel socio-económico y la carga publicitaria a la que se ven expuestos tanto los niños como los adultos y que inciden de forma directa en la preferencia de consumo de ciertos alimentos.

Para alcanzar un óptimo estado nutricional, se debería diseñar un programa específico de alimentación y ejercicio para cada persona, acorde a su estilo de vida y a las características de su metabolismo, no obstante, es difícil mantener un régimen alimenticio especial para cada miembro de la familia, por lo cual en una misma familia todos se sirven los mismos alimentos, mismos que son preparados de acuerdo a las preferencias y creencias de quien los prepara.

## **8.2. ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NIÑOS DE 1 A 3 AÑOS**

### **8.2.1. La alimentación saludable en el contexto actual**

La alimentación saludable consiste en la ingesta adecuada de los alimentos que requiere el cuerpo humano para mantener un buen estado de salud, por lo tanto, la alimentación se relaciona estrechamente con el estado de salud de cada persona. Galán (2011) menciona que la alimentación: “Es la forma y manera de proporcionar al cuerpo humano esos alimentos que le son indispensables. Aunque en el ser humano adquiera otras dimensiones sociales, culturales, económicas y educativas” (p. 3). En este sentido, la alimentación es un proceso tanto biológico como social y cultural, que las personas adquieren a lo largo de su vida, desarrollando lo que se denominan hábitos alimenticios.

Carcamo y Mena (2010) señalan que:

La relación del hombre con los alimentos es tan antigua como la humanidad; la búsqueda de satisfactores al hambre y apetito ha tenido un largo camino, con cambios

dramáticos en muchas épocas, que han tenido directa incidencia con la salud y esperanza de vida de las distintas poblaciones del mundo. Los cambios demográficos, sociales y económicos, han contribuido a modificar estilos de vida de la población y por ende modificar las conductas alimentarias. Ello ha determinado un dramático aumento de la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, patologías invalidantes de difícil tratamiento y alto costo social y familiar, entre las que destacan la obesidad, diabetes, dislipidemias, hipertensión y cáncer (p. 3).

En tal virtud, la alimentación es una de las necesidades básicas del ser humano, en cada sociedad ha ido adquiriendo características específicas que responden a los estilos de vida de la población. En las civilizaciones primitivas generalmente consumían los alimentos crudos pues no dominaban el fuego, al dominar el fuego comenzaron con la preparación de los alimentos cocidos, por lo que incluyeron carnes a su dieta, en fin, la alimentación al igual que la humanidad ha ido evolucionando para convertirse en lo que es actualmente.

Por su parte el Ministerio de Salud del Ecuador (2011) indica que: “La alimentación adecuada contribuye a un óptimo estado de salud y nutrición del niño/a, fomenta las prácticas y hábitos alimentarios saludables, que permiten disminuir el riesgo de morbilidad y mortalidad infantil” (p. 33).

La relación de la alimentación y la salud se debe a que la alimentación provee de los nutrientes necesarios para el funcionamiento de los órganos y estructuras corporales, en el caso de deficiencias o excesos en la ingesta de ciertos alimentos estos pueden provocar alteraciones en el estado de salud, por ejemplo las dietas caracterizadas por altos contenidos de azúcares puede a la larga producir problemas como la diabetes, el consumo excesivo de grasas puede generar obesidad, hipertensión, entre otras.

La sociedad actual se caracteriza por un alto consumo de productos preparados, las personas tienen estilos de vida muy sedentarios y acostumbran comer fuera de los horarios recomendados, con altos contenidos de sal, azúcar, carbohidratos, grasas saturadas, entre otras y un bajo nivel de vitaminas y minerales, lo cual está afectando la salud y la calidad de vida de las personas.

### **8.2.2. Dieta balanceada y su importancia**

No se puede hablar de la existencia de una sola dieta adecuada para todos los individuos, pues hay que tener en cuenta que todas las personas son diferentes entre sí, al modelo ideal se

puede llegar desde muchas opciones diferentes gracias a la gran diversidad de nuestros hábitos alimentarios y a la gran riqueza gastronómica de nuestro país.

Pinto y Carbajal (2006) señalan que “dieta equilibrada será aquella que además de ser sana, nutritiva y saludable, que contribuya también a prevenir las enfermedades crónicas, es decir, aquella que dé lugar a una menor mortalidad total y a una mayor expectativa de vida” (p.20).

Para elegir una dieta adecuada se debe consultar un especialista que tomará en cuenta diversos factores para determinar el contenido y la cantidad de alimentos que debe ingerir cada individuo, sin embargo, se puede hablar de las recomendaciones dietéticas, definidas como las pautas dirigidas a la población para realizar una dieta equilibrada y especialmente para prevenir o retrasar la aparición de algunas enfermedades.

Por su parte, Mora (2016) señala que: “La buena alimentación es imprescindible para el crecimiento y el desarrollo adecuado de los niños y niñas, sobre todo en edades tempranas, donde estos se producen de forma más acelerada” (p. 6). Siendo necesario que la alimentación contemple todos los grupos alimenticios en las frecuencias y porciones recomendadas.

Para considerar una dieta balanceada se deben tener en cuenta ciertos principios, debe cumplir con los requerimientos de cantidad y calidad, aportando los nutrientes necesarios para que los niños tengan un adecuado crecimiento y desarrollo.

La secretaría de educación y la FAO (2010) mencionan que:

La alimentación debe ser suficiente en cantidad de alimentos para cubrir las necesidades energéticas y nutricionales del organismo y cubrir todos sus requerimientos según edad, sexo, talla, peso, actividad física.

Debe ser completa; es decir, debe contener todos los nutrientes para ofrecer al ser humano todas las sustancias que integran sus tejidos: proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales y agua.

Los alimentos deben guardar una proporción apropiada entre si; es decir, que deben aportar las cantidades de nutrientes necesarios para el adecuado funcionamiento del organismo.

Los alimentos deben ser adecuados a las condiciones fisiológicas de cada individuo, según su edad y la actividad física que realiza. Inocua: que su consumo no implique riesgos, que no haga daño.

El alimento debe estar higiénicamente preparado y libre de contaminantes químicos, bacteriológicos y físicos. Se debe procurar que la dieta sea atractiva y variada; que estimule los sentidos y que evite la monotonía, incluyendo diferentes alimentos en cada comida (p. 82).

Tomando en cuenta estas recomendaciones se pueden diseñar distintos menús de manera general para dotar a los niños de una alimentación adecuada y completa que les permita tener la energía necesaria para el desarrollo físico, psicológico y cognoscitivo.

Además, un aspecto muy importante es la higiene que se debe tener a la hora de preparar los alimentos que van a ingerir los niños y niñas, tanto en la institución educativa como en el hogar se debe tener una buena sepsia de la comida para mantener una buena salud, así como para evitar enfermedades e infecciones.

### **8.2.3. Factores que inciden en la alimentación**

La alimentación por ser un hecho biológico y social se ve influenciada por múltiples factores, entre los que Galán (2011) describe

Factores culturales, estas influencias alcanzan no solo lo que come la gente, sino también la preparación de alimentos y la práctica alimentaria.

Factores sociales, influencia que una o varias personas ejercen en el comportamiento alimentario de otras personas.

Factores neurobiológicos, la alimentación también depende del sustrato anatómico y de la modulación neuroquímica del organismo.

Factores psicológicos y educativos: Es decir los hábitos relacionados con el mismo.

Factores económicos, El poder adquisitivo de las familias determina la elección de alimentos. (p. 3)

Los factores culturales y sociales se relacionan con las costumbres y tradiciones sociales adquiridas o aprendidas desde la infancia y que determinan el consumo preferente de ciertos alimentos, lo cual también se subyuga a las características económicas que determinan el poder adquisitivo de las familias.

En cuanto a los factores psicológicos y educativos estos van determinados de las intervenciones pedagógicas que inciden en el desarrollo de hábitos y preferencias alimentarias, estableciendo reglas y normas básicas para una buena alimentación,

incentivando desde la primera infancia a optar por alimentos saludables, frutas, verduras, carbohidratos, entre otros por medio de la promoción educativa.

#### 8.2.4. Recomendaciones dietéticas para niños de 1 a 3 años

En el Ecuador se han desarrollado planes de promoción de la lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida de los niños y niñas, por ser este el alimento idóneo en composición y cantidad para asegurar una buena nutrición, salvo casos excepcionales en los cuales por recomendación médica se debe utilizar una alimentación alternativa. A partir de los 6 meses de edad se inicia con la alimentación complementaria, que orienta la inclusión de los diferentes grupos de la pirámide alimenticia en la dieta que recibe el niño y la niña.

De acuerdo al Ministerio de Salud del Ecuador (2011) en la norma de atención integral a la niñez recomienda:

Continuar con leche materna todas las veces que quiera, hasta los dos años o más.

Seguir alimentándole en su propio plato, darle tres comidas principales; desayuno, almuerzo y merienda, de lo mismo que come la familia.

Además, dos entre comidas como futas, pan, maíz, plátano, leche, queso, yogurt.

Todas las comidas que se sirvan al niño/a deben ser espesas (p. 34).

Por su parte el Ministerio de Inclusión Económica y Social (2014) establece la siguiente composición en la dieta de los infantes de 1 a 3 años:

**Cuadro 6** Composición nutricional de las comidas para niños de 1 a 2 años

<b>Niños de 1 a 2 años</b>			
<b>Horario</b>	<b>Comida /%</b>	<b>Macronutrientes</b>	
		<b>Composición</b>	<b>gr.</b>
<b>08H00-08H30</b>	Desayuno 20%	Proteína	10
		Grasa	16
		Carbohidrato	38
<b>10H00-10H30</b>	Refrigerio 10%	Proteína	5
		Grasa	8
		Carbohidrato	19
<b>12H00-13H00</b>	Almuerzo 30%	Proteína	14
		Grasa	24
		Carbohidrato	57

<b>15H00-15H30</b>	Refrigerio 10%	Proteína	10
		Grasa	16
		Carbohidrato	38

De igual forma en el caso de los niños de 2 a 3 años, establece que:

**Cuadro 7** Composición nutricional de las comidas para niños de 12 a 3 años

<b>Niños de 2 a 3 años</b>			
<b>Horario</b>	<b>Comida /%</b>	<b>Macronutrientes</b>	
		<b>Composición</b>	<b>gr.</b>
<b>08H00-08H30</b>	Desayuno 20%	Proteína	10
		Grasa	17
		Carbohidrato	40
<b>10H00-10H30</b>	Refrigerio 10%	Proteína	5
		Grasa	8
		Carbohidrato	20
<b>12H00-13H00</b>	Almuerzo 30%	Proteína	15
		Grasa	25
		Carbohidrato	59
<b>15H00-15H30</b>	Refrigerio 10%	Proteína	5
		Grasa	8
		Carbohidrato	20

De acuerdo a lo planteado en la Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral, se evidencia, que dentro de los centros de desarrollo infantil se provee aproximadamente el 70% de los requerimientos alimenticios y nutricionales de los niños, siendo este el que brinda la variedad de macro y micro nutrientes así como los diversos grupos alimenticios.

### **8.3. EL CÍRCULO ALIMENTARIO**

#### **8.3.1. Grupos de alimentos y su incidencia en la salud**

El círculo alimentario es una de las principales estrategias para la orientación acerca de la alimentación y por ende de la nutrición, es un organigrama en el que se ubican los distintos grupos alimenticios con la frecuencia de consumo recomendada para tener buenos niveles de salud, está orientada a la alimentación de niños sanos, debido a que en el caso de alguna enfermedad es necesario consultar con un nutricionista.

Ilustración 1 Círculo alimentario: Grupo alimenticio/raciones diarias



**Fuente:** Tomado de Instituto de Salud Pública, 2016, Nutrición y situación alimentaria actual, p. 7.

El círculo alimentario se fundamenta en el consumo de agua y carbohidratos, en otros casos como la pirámide NAOS, se incluye la actividad física y el equilibrio emocional en la base de la pirámide, debido a que todos estos factores inciden en el estado nutricional, el bienestar y la salud de la persona. En el segundo nivel de la pirámide se ubican las verduras, hortalizas y frutas, cuyo consumo se orienta en porciones de 2 a 3 raciones diarias, debido a que contienen la mayoría de micronutrientes como minerales y vitaminas.

En el tercer nivel de la pirámide se ubican los productos lácteos y cárnicos que son la principal fuente de proteínas en la dieta, en el cuarto nivel se ubican aceites y frutos secos que aportan las grasas y aceites esenciales en la alimentación y que tiene un consumo menor y finalmente se ubica la comida chatarra, alimentos ultra procesados, bebidas azucaradas, snacks, entre otros cuyo consumo debe ser ocasional y preferentemente evitado.

### 8.4.2. Orientaciones sobre la frecuencia y el tamaño de las porciones

**Cuadro 8** Raciones diarias de consumo por grupo alimenticio para niños de 1 a 2 años

<b>Raciones diarias</b>		
<b>Grupo alimenticio</b>	<b>Edad</b>	
	<b>1 a 2 años</b>	<b>2 a 3 años</b>
<b>Lácteos</b>	2-3	1-2
<b>Vegetales</b>	½-1	1
<b>Frutas</b>	2-3	3-4
<b>Harinas, pastas, tubérculos</b>	3-4	4-6
<b>Carnes</b>	2-3	1-2
<b>Grasas</b>	1- 1 1/2	2-4

**Fuente:** Tomado de Noguera et al, (2013) Alimentación complementaria en niños sanos de 6 a 36 meses, p. 131.

Las raciones que especifican los autores, ayudan a organizar los diferentes grupos alimenticios en las diferentes comidas que se deben proveer a los niños y niñas de 1 a 3 años. En cuanto al tamaño de las porciones existen diversos mecanismos que ayudan a determinar el tamaño de las raciones que se deben consumir y que se describen de la siguiente manera:

**Cuadro 9** Guía de la mano para cálculo del tamaño de las raciones

<b>Alimento</b>	<b>Tamaño de la mano</b>	<b>Referencia</b>
Vegetales	Las dos manos abiertas y juntas es la porción adecuada de vegetales	

Carbohidratos	La parte frontal del puño cerrado es la cantidad de carbohidratos	
Proteínas	El tamaño de la palma de la mano sin contar los dedos es la cantidad indicada de proteínas, como carne.	
Fruta	La cantidad de fruta debe ser del tamaño del puño.	
Grasas	La ración de grasas representa el tamaño del dedo índice de la mano.	

**Fuente:** Tomado de Corisco (2014) Come según el tamaño de tu mano, p. 19.

De esta forma se puede orientar de forma fácil y entretenida a los niños y niñas, para que puedan colaborar en la organización de la alimentación tanto propia como del entorno familiar, debido a que muchas veces por la complejidad de pesar la comida se cometen varios errores alimenticios que perjudican la nutrición infantil.

#### **8.4. EL ROL DE LA EDUCACIÓN INICIAL EN LA NUTRICIÓN**

La nutrición y la educación inicial mantienen una estrecha relación en sentido bidireccional. Un buen estado nutricional es una condición indispensable para favorecer el desarrollo y el

aprendizaje, pues permite un adecuado desarrollo físico y emocional. Por otra parte, la educación desde el enfoque de la integralidad debe contemplar la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades y hábitos para que el ser humano se adapte a su entorno social y cultural, en este sentido, la educación debe promover la adquisición de hábitos de alimentación saludables.

#### **8.4.1. Educación nutricional y hábitos alimenticios**

La educación nutricional es un aspecto clave en los primeros años de vida no solo para adquirir nuevos conocimientos, sino también para desarrollar hábitos adecuados. Crespo (2017) señala que:

Uno de los principales escenarios educativos para el desarrollo de actividades de EPS es la escuela, puesto que está diseñada para intervenir con personas en periodo de formación física, psíquica y social que poseen una gran capacidad para el aprendizaje y asimilación de hábitos (p. 23).

Desde esta perspectiva, el periodo de la educación inicial es una etapa crucial para la formación de los hábitos y costumbres en los niños y niñas, los niños durante los primeros años de vida generalmente imitan a los adultos en sus acciones y de forma progresiva van incorporando a sus estructuras cognitivas sus nuevos conocimientos, gustos, preferencias que determinan su comportamiento, en este sentido, van formando sus hábitos mismos que trascenderán a lo largo de su vida.

Por su parte, Mora (2016) menciona que: “La educación nutricional debe ser trabajada en la infancia, ya que es aquí cuando se comienzan a ingerir nuevos tipos de alimentos, de los cuales muchos son rechazados por los niños y niñas por diferentes motivos” (p. 6). En tal virtud, la promoción de la alimentación saludable desde la educación inicial es importante para transformar los estilos de vida de la sociedad actual y prevenir las múltiples enfermedades relacionadas con una mala alimentación que afectan la nutrición y la salud de las personas.

#### 8.4.2. Estrategias para mejorar los hábitos alimenticios en niños de 1 a 3 años

Son diversas las estrategias que se pueden aplicar en el aula para promocionar los hábitos alimenticios en los infantes. No obstante la planificación de actividades concretas debe tomar en consideración lo aportado por Crespo (2017) quien señala que:

La vinculación de la alimentación al placer, que nos lleva a reconocer, valorar y experimentar sabores, o al desarrollo de tradiciones culturales, son aspectos que como docentes es importante que transmitamos a nuestros alumnos y alumnas. Además de transmitir medidas de carácter preventivo desde el comienzo de la escolarización (p. 25).

Desde esta perspectiva, la principal recomendación es relacionar los contenidos sobre alimentación y nutrición de forma divertida, placentera, entretenida y atractiva para los niños, de esta manera se puede lograr una mayor efectividad en los aprendizajes y en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables.

Congruentemente, Alvarado y Montenegro (2010) manifiesta que:

- Responder de manera afectuosa y positiva a las necesidades que expresen los niños y las niñas.
- Tomar el tiempo suficiente para alimentarlos y a su vez darles muestras de afecto, como cantarles una canción, o conversar con ellos en relación a su alimentación, haciendo de las comidas momentos amenos para compartir. (p. 342)

Desde esta perspectiva se evidencia que la educación nutricional en los infantes debe necesariamente asociarse a la creatividad, al juego, a la diversión y al placer, por ello, es necesario que las actividades que se planifiquen para promover buenos hábitos alimenticios contengan estas características.

En este sentido, Valle (2012) describe algunas actividades educativas que pueden emplearse con el objetivo de promover la formación de hábitos alimenticios saludables. En cuanto a las actividades de motivación indica que se puede realizar estrategias como cuentos, canciones infantiles, videos educativos, láminas, entre otros. Sobre las actividades de desarrollo indica que se puede construir un reloj de alimentos para diferenciar los alimentos sanos de los que no lo son, hacer recetas de cocina sencillas como una ensalada de frutas o yogurt con granola, para que sientan más motivación a la hora de comer.

Otra de las estrategias se enmarca en la presentación divertida de la comida, como hacer brochetas de frutas o hacer figuras con las frutas como palmeras con plátano y las hojas con kiwis y la tierra son las mandarinas, de esta forma se rompen los esquemas tradicionales de la alimentación y se convierten en un momento de diversión para los infantes.

La disposición de material didáctico apropiado, también es una de las necesidades primordiales, la organización del plato en el que se sirven las comida puede favorecer el consumo de alimentos variados y porciones recomendadas, la guía de mano permite tener al alcance de todos los niños un instrumento para identificar los tamaños de las porciones de alimentos que debe ingerir, para de este modo contribuir a mejorar la nutrición infantil.

## **9. PREGUNTAS CIENTÍFICAS**

- ¿Cómo influye la educación en el desarrollo de hábitos alimenticios en el nivel inicial con niños de 1 a 3 años?
- ¿Cuáles son las características de la nutrición infantil en los niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil Luir Fernando Ruiz?
- ¿Cuáles son las limitaciones nutricionales que presentan los infantes de 1 a 3 años?

## **10. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **10.1. Enfoque**

#### **Cualitativo**

Martínez (2006) menciona:

La investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones. De aquí, que lo cualitativo del todo integrado no se opone a lo cuantitativo de un sólo aspecto, sino que lo implica e integra (p. 128).

El enfoque de investigación cualitativo se utilizó en la investigación con el fin de profundizar en el conocimiento acerca del problema de estudio, las características y descripciones de los componentes de la nutrición en el nivel de educación inicial, a través de la indagación

bibliográfica y de campo que permita obtener datos cualitativos para describir la problemática.

### **Cuantitativo**

Del canto y Silva (2013) manifiestan:

Se entiende que la investigación cuantitativa parte de datos evidenciables. Las principales características de este enfoque están referidas a su rigurosidad en el proceso de investigación, puesto que la información es recogida de manera estructurada y sistemática, la utilización de la lógica deductiva para identificar leyes causales o universales en una realidad “externa” al individuo (p. 28).

El enfoque cuantitativo, se ha empleado con el propósito de conocer a través de datos estadísticos la percepción de los involucrados en el problema de investigación como son los padres de familia y las educadoras, a quienes se ha aplicado las respectivas encuestas para cumplir los objetivos establecidos en la investigación. De esta forma se pretende conocer las características nutricionales que se provee al educando y rol de la educación inicial para promover la adquisición de hábitos alimenticios saludables.

## **10.2. Tipo de diseño**

### **Bibliográfico**

Monje (2011) señala que: “El diseño bibliográfico una revisión documental sobre el tema particular de estudio, con el fin de que el investigador pueda formular planteamientos sobre los aspectos del problema a resolver y fundamentarlo teóricamente” (p. 22)

El diseño bibliográfico ha permitido la compilación de teorías científicas en torno a la nutrición y la educación inicial, a través de la revisión de fuentes bibliográficas como libros, tesis, artículos científicos, publicaciones de diversos autores, que han permitido sustentar la importancia de la nutrición y la relación que se establece con la educación inicial.

### **De Campo**

Jiménez (1998) afirma que “La investigación de campo, se apoya en informaciones que provienen entre otras, de entrevistas, cuestionarios, encuestas y observaciones. En esta se

obtiene la información directamente en la realidad en que se encuentra, por lo tanto, implica observación directa por parte del investigador” (p.24)

La investigación de campo se ha utilizado debido a que se acudió al lugar donde ocurre el fenómeno de la nutrición infantil para recolectar datos que permitan evidenciar la situación de la promoción educativa sobre la nutrición en niños de 1 a 3 años en el Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, así como sus hábitos alimenticios en el entorno familiar.

### **10.3. Nivel de investigación**

#### **Exploratorio**

Hernández, Fernández, & Baptista (2010) señalan que el nivel exploratorio de la investigación consiste en: “Investigar problemas poco estudiados, Indagan desde una perspectiva innovadora, Ayudan a identificar conceptos promisorios, Preparan el terreno para nuevos estudios” (p.77).

La problemática sobre la nutrición infantil es poco conocida y trabajada desde la educación inicial, por lo cual la investigación se enfoca en el papel que cumplen las educadoras como promotoras de hábitos de alimentación que contribuyan al bienestar y a la salud de las personas desde la primera infancia, siendo estos años de vital importancia para cimentar buenas prácticas alimenticias que perduren a lo largo de la vida.

### **10.4. Técnicas e instrumentos**

- **Entrevista**
- **Guía de preguntas**

Morga (2012) menciona que:

La entrevista implica la comparecencia de dos o más personas en un lugar determinado para tratar algo de interés: un encuentro cara a cara en el que se generan preguntas y respuestas sobre algún punto en común. Dialogar para saber o profundizar es la esencia de la entrevista; en este último sentido toda entrevista tiene un común denominador: gestionar información (p. 8).

La técnica de la entrevista se ha empleado en la investigación por medio del diseño de dos cuestionario de preguntas de opción múltiple con escala valorativa de Likert, el primero

dirigido a las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz para determinar las prácticas pedagógicas que se emplean para promocionar los hábitos alimenticios saludables en los niños de 1 a 3 años y otro cuestionario para los padres de familia con el objetivo de conocer las prácticas alimenticias que tienen los infantes en el entorno familiar, para determinar las limitaciones nutricionales de los infantes.

- **Encuesta**
- **Cuestionario**

Carrera (2009) menciona que: “La encuesta es un instrumento de la investigación que consiste en obtener información de las personas encuestadas mediante el uso de cuestionarios diseñados en forma previa para la obtención de información específica” (p. 28).

La entrevista se ha diseñado a través de una guía de preguntas semi abiertas dirigidas a la coordinadora de la institución para abordar temas acerca de la nutrición en el Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, del cantón Latacunga, para conocer las características de la nutrición infantil en los niños de 1 a 3 años del centro infantil, a través de la alimentación que se provee en el mismo.

### **10.5. Población y muestra**

La población estudiada se encuentra conformada por niños, niñas, educadoras, coordinadora y padres de familia de los infantes de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, de la siguiente manera:

<b>Descriptor</b>	<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
Niños/niñas	81	81
Coordinador	1	1
Educadoras	15	15
Padres de familia	81	81
<b>TOTAL</b>	<b>178</b>	<b>178</b>

**Fuente:** Coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”

**Elaborado por:** Beronica Guzmán



## **11. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

### **11.1. Entrevista a la coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”**

Entrevista aplicada a la Licenciada Jeaneth Racines Coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil con el propósito de conocer las características de la nutrición de los infantes de 1 a 3 años en la institución.

#### **1. ¿Quién es la persona encargada de la preparación de los alimentos que se sirven a los infantes en el centro infantil?**

En el centro infantil se ha contratado los servicios de un proveedor externo para que se encargue de la preparación y repartición de los respectivos alimentos a los niños.

#### **2. ¿Gestionan capacitaciones sobre nutrición infantil para la persona o personas encargadas del manejo y la preparación de los alimentos para los niños?**

Por parte del centro infantil no se gestionan capacitaciones porque es una empresa externa la encargada de la alimentación.

#### **3. ¿Cómo se preparan las porciones de alimentos que reciben los niños de 1 a 3 años para que cumplan con las recomendaciones de la Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral (15% proteína, 25% grasa y 60% carbohidratos)?**

De acuerdo al estado nutricional de cada niño

#### **4. ¿De qué manera se diferencian las raciones de comida para los niños de 1 a 2 años de la de los niños de 2 a 3 años?**

No existe diferencia, se provee la misma cantidad de alimento a todos los niños y niñas

#### **5. ¿Disponen en el centro infantil de suplementación nutricional para los infantes? ¿Por qué?**

No, porque no existe niños con desnutrición

**6. ¿Se realiza algún tipo de seguimiento por parte de la institución del cumplimiento de buenas prácticas alimenticias por parte de la familia de los niños?**

No se realiza ningún tipo de seguimiento por parte de la institución

**7. ¿Qué mecanismos utilizan para identificar niños con posibles problemas nutricionales?**

Se realiza el control de medidas antropométricas con el MSP

**8. ¿Qué protocolos se siguen al identificar un caso de malnutrición infantil?**

Coordinación con el MSP

Toma de Peso y Talla

**9. Indique una posible composición de menú para los niños de 1 a 2 años en el centro infantil:**

**Tabla 1** Composición de menú para niños de 1 a 2 años

<b>Comida</b>	<b>Composición</b>	<b>Alimentos</b>	<b>Peso de la porción</b>	<b>Peso recomendado</b>
<b>Desayuno</b>	Proteína	<b>Huevo</b>	47gr	10gr.
	Grasa	<b>Leche</b>	128gr.	16gr.
	Carbohidratos	<b>Pan</b>	33gr.	38gr.
<b>Refrigerio</b>	Proteína	<b>Huevo</b>	47gr.	5gr.
	Grasa	<b>Yogurth</b>	206gr.	8gr.
	Carbohidratos	<b>Galleta</b>	10gr.	19gr.
<b>Almuerzo</b>	Proteína	<b>Pollo</b>	85gr.	14gr.
	Grasa	<b>Pastel</b>	60gr.	24gr.
	Carbohidratos	<b>Fruto Seco</b>	30gr.	57gr.
<b>Refrigerio</b>	Proteína	<b>Leche</b>	128gr.	10gr.
	Grasa	<b>Almendras</b>	30gr.	16gr.
	Carbohidratos	<b>Rosquillas</b>	38gr.	38gr.
<b>Total</b>				

**Fuente:** Entrevista coordinadora del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**10. Indique una posible composición de menú para los niños de 2 a 3 años en el centro infantil:**

**Tabla 2** Composición del menú para niños de 2 a 3 años.

<b>Comida</b>	<b>Composición</b>	<b>Alimentos</b>	<b>Peso de la porción</b>	<b>Peso recomendado</b>
<b>Desayuno</b>	Proteína	<b>Huevo</b>	47gr.	10
	Grasa	<b>Avena</b>	160gr.	17
	Carbohidratos	<b>Majado de verde</b>	200gr.	40
<b>Refrigerio</b>	Proteína	<b>Frutos secos</b>	30gr.	5
	Grasa	<b>Yogurt</b>	206gr.	8
	Carbohidratos	<b>Galleta</b>	10gr.	20
<b>Almuerzo</b>	Proteína	<b>Carne de res</b>	125gr.	15
	Grasa	<b>Aguacate</b>	60gr.	25
	Carbohidratos	<b>Arroz</b>	50gr.	59
<b>Refrigerio</b>	Proteína	<b>Leche</b>	128gr.	5
	Grasa			8
	Carbohidratos	<b>Cereal</b>	30gr.	20

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Discusión**

De acuerdo a la entrevistada en la institución el aspecto de alimentación es provisto por parte de una empresa privada, por lo que no se gestionan a nivel institucional capacitaciones para este personal sobre nutrición infantil. De igual manera señala que no existen mecanismos para dar seguimiento de las prácticas nutricionales de las familias por parte de la institución, por cuanto no se han podido establecer canales de información entre la institución y los padres de familia.

Es importante reconocer que la institución conjuntamente con el Ministerio de Salud cumple con los protocolos que dicta la norma en cuanto a la toma de medidas antropométricas que sirven como referencia para la detección precoz de problemas nutricionales, por lo que al existir casos de niños con indicadores de desnutrición son remitidos de forma directa al centro de salud correspondiente.

Analizados los datos proporcionados por la entrevistada, se puede evidenciar que las características nutricionales orientadas desde la Norma Técnica de Atención Infantil Integral no se están cumpliendo en relación a la nutrición infantil, debido a que las porciones de alimento que se provee a los infantes no corresponden con las recomendaciones emitidas por la misma, de igual forma se evidencia una escasa inclusión de frutas y verduras en la composición de los alimentos que se sirven a los niños de 1 a 3 años.

Considerando que las frutas y verduras son parte fundamental del círculo nutricional y se orienta su consumo diario, debido a que son la principal fuente de micronutrientes como minerales y vitaminas, necesarios para preservar una buena salud, al no incluir estos alimentos de forma diaria en la alimentación de los infantes no se estaría cumpliendo de forma óptima con las demandas nutricionales de los niños de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, lo cual es perjudicial y riesgoso en el largo plazo para el crecimiento, desarrollo, la salud y el bienestar de los infantes de la institución.

## 11.2. Encuesta dirigida a las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”

La presente encuesta se aplicó a las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” con el objetivo de determinar cómo influye la educación en el desarrollo de hábitos alimenticios en el nivel inicial con niños de 1 a 3 años

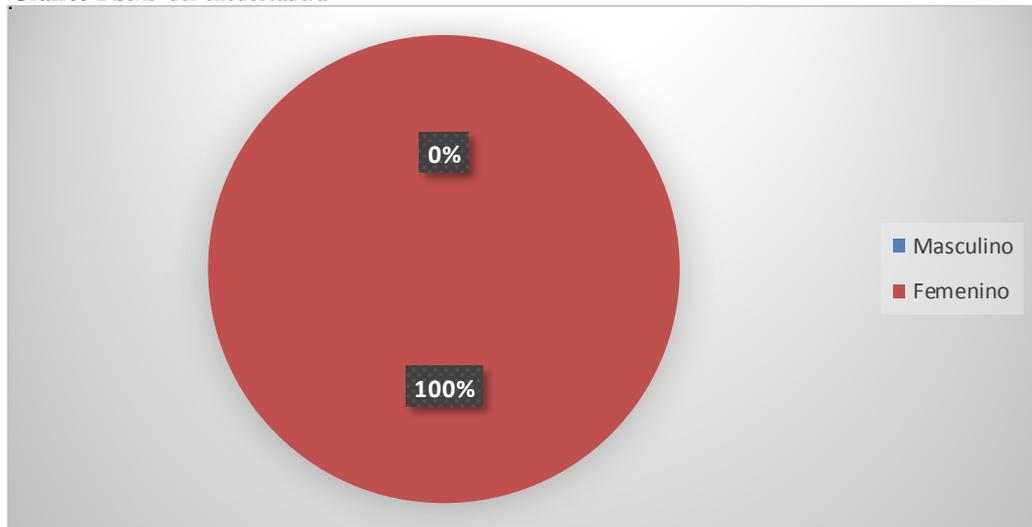
### Pregunta 1. - Indique su sexo

Tabla 3 Sexo del encuestado/a

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	0	0%
Femenino	15	100%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

Gráfico 1 Sexo del encuestado/a



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

El personal docente que labora en la institución para el cuidado de los niños de 1 a 3 años, son en su totalidad del sexo femenino, siendo estas educadoras las encargadas de proveer la formación integral de los niños y niñas menores de 5 años que acuden a este centro infantil de forma regular.

## Pregunta 2. - Indique que tiempo de experiencia tiene en su profesión

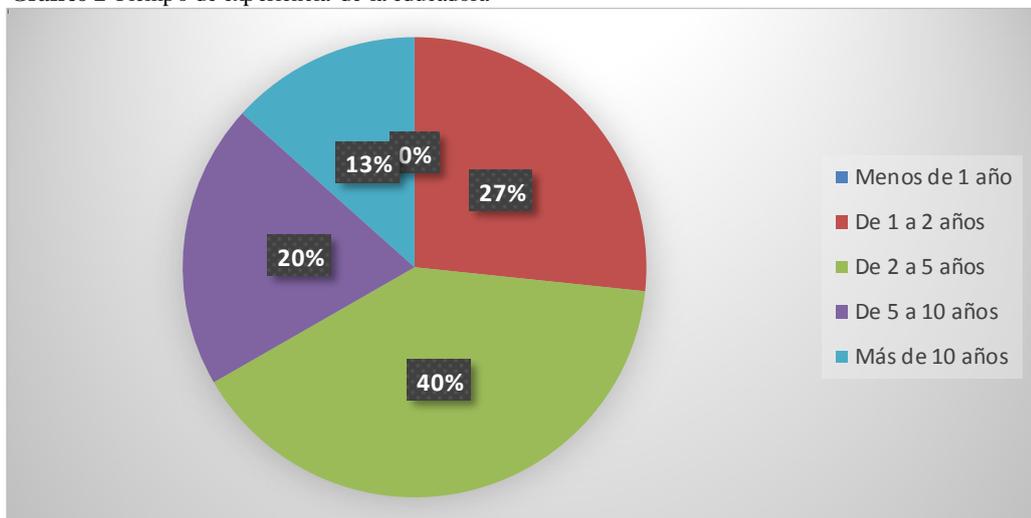
**Tabla 4** Tiempo de experiencia de la educadora

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1 año	0	0%
De 1 a 2 años	4	27%
De 2 a 5 años	6	40%
De 5 a 10 años	3	20%
Más de 10 años	2	13%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 2** Tiempo de experiencia de la educadora



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

## Análisis y Discusión

Del total de educadoras encuestadas el 27% indica tener una experiencia profesional de 1 a 2 años, el 40% señala que tiene de 2 a 4 años de experiencia, el 20% manifiesta tener de 5 a 10 años de experiencia profesional y el 13% menciona que tiene más de 10 años de experiencia profesional.

Analizada la información se evidencia que las educadoras tienen mayoritariamente un tiempo que va entre 2 hasta más de 10 años de experiencia, lo cual es positivo debido a que las educadoras ya han ejercido durante un tiempo prudente su profesión y son conscientes de los procesos de desarrollo infantiles.

### Pregunta 3. - Indique el nivel académico de su título

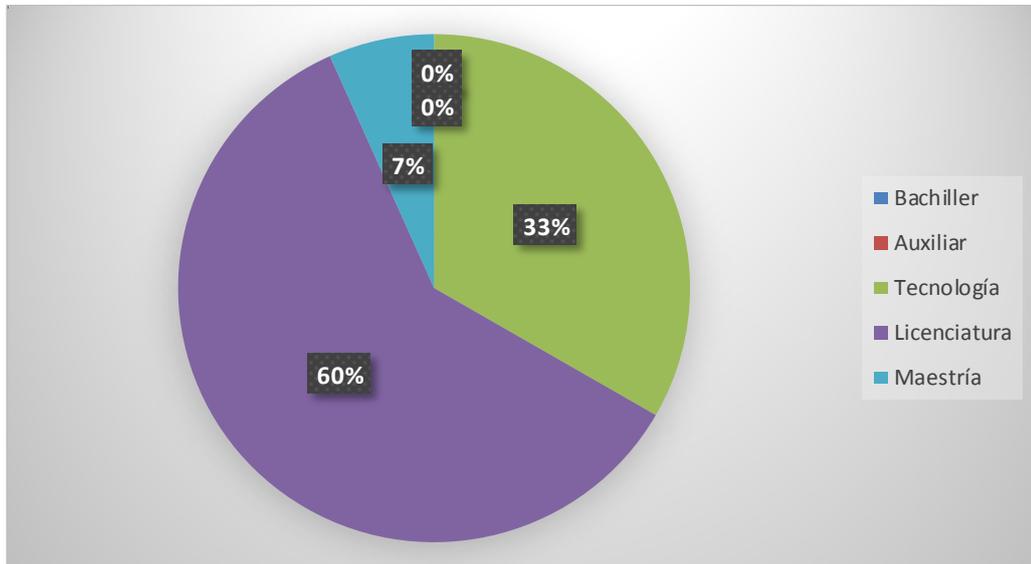
**Tabla 5** Nivel académico del título del encuestado/a

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Bachiller	0	0%
Auxiliar	0	0%
Tecnología	5	33%
Licenciatura	9	60%
Maestría	1	7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 3** Nivel académico del título del encuestado/a



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de educadoras encuestadas, el 33% posee un título de tecnóloga, el 60% ostenta el título de licenciatura y el 7% posee un título de maestría relacionados con la educación inicial.

De acuerdo a la información proporcionada por las educadoras, los títulos que ostentan están acorde al cargo que desempeñan, debido a que la formación profesional del personal docente influye de forma directa en el desarrollo infantil integral, en sus dimensiones cognitiva, afectiva, social, biológica y motriz.

#### Pregunta 4. - ¿Se capacita acerca de temas de alimentación y nutrición infantil?

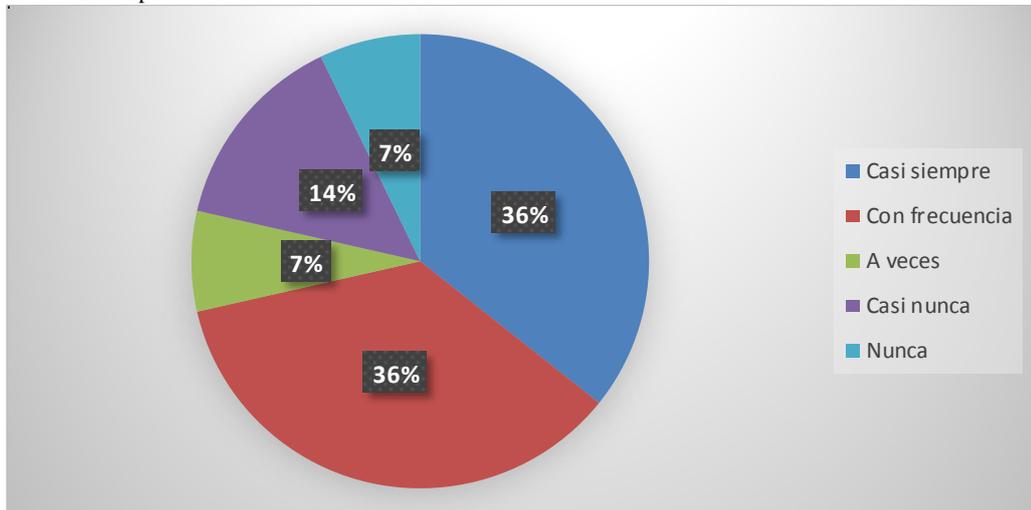
**Tabla 6** Capacitaciones sobre nutrición infantil

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	5	36%
Con frecuencia	5	36%
A veces	1	7%
Casi nunca	2	14%
Nunca	1	7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 4** Capacitaciones sobre nutrición infantil



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

#### Análisis y Discusión

Del total de educadoras encuestadas el 36% señala que casi siempre se capacita sobre temas de alimentación y nutrición infantil, el 36% manifiesta que se capacita con frecuencia, el 7% indica que a veces se capacita, el 14% manifiesta que casi nunca se capacita y el 7% menciona nunca capacitarse sobre estos temas.

La capacitación del personal docente es un eje fundamental para proveer una atención integral a los infantes, no obstante, se evidencia que un porcentaje importante de educadoras no han accedido a capacitaciones que les permitan incrementar su formación y práctica pedagógica en torno a temas de alimentación.

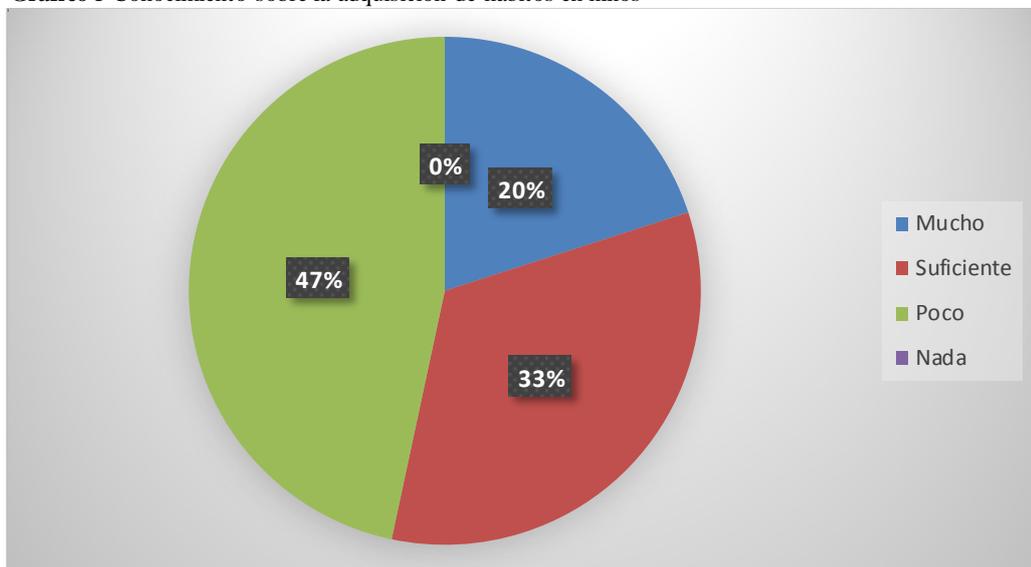
### Pregunta 5. - ¿Conoce el proceso de adquisición de hábitos en los niños?

**Tabla 7** Conocimiento sobre la adquisición de hábitos en niños

Opción	Frecuencia	Porcentaje
<b>Mucho</b>	3	20%
<b>Suficiente</b>	5	33%
<b>Poco</b>	7	47%
<b>Nada</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 5** Conocimiento sobre la adquisición de hábitos en niños



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de encuestadas, el 20% indica tener mucho conocimiento sobre el proceso de adquisición de hábitos en los niños, el 33% manifiesta tener conocimiento suficiente, y el 47% afirma tener poco conocimiento sobre este tema.

El conocimiento sobre el proceso de adquisición de los hábitos en la infancia es fundamental para que las educadoras puedan diseñar y ejecutar estrategias metodológicas orientadas a la formación hábitos adecuados y saludables para la vida de los niños, es negativo que un alto porcentaje de las educadoras tengan poco conocimiento sobre esta temática, puesto que no se aplican actividades acordes a la etapa de adquisición de hábitos de los infantes.

**Pregunta 6. - Del 1 al 5; ¿En qué grado toma en consideración la nutrición infantil para la planificación de actividades educativas dirigidas a los niños de 1 a 3 años? Siendo 5 nunca, 4 casi nunca, 3 a veces, 2 con frecuencia y 1 siempre.**

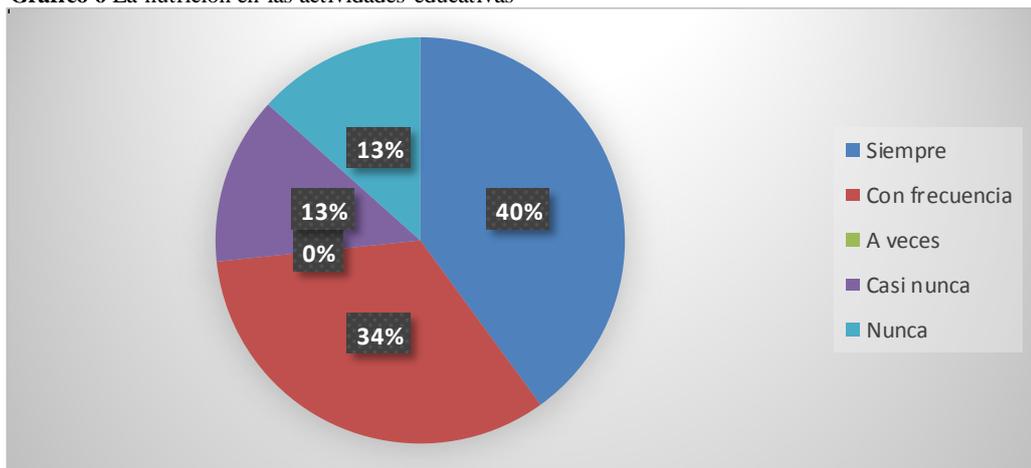
**Tabla 8** La nutrición en las actividades educativas

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	40%
Con frecuencia	5	34%
A veces	0	0%
Casi nunca	2	13%
Nunca	2	13%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 6** La nutrición en las actividades educativas



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 40% menciona que siempre toma en consideración la nutrición para la planificación de actividades educativas, el 34% lo hace con frecuencia, el 13% menciona que casi nunca y el 13% indica que nunca toma en consideración la nutrición para la planificación de actividades educativas,

Desde esta perspectiva se evidencia que la nutrición infantil si se toma en consideración por la mayor parte de las educadoras, siendo recomendable mejorar esta situación en aquellos casos en los que no se está trabajando sobre nutrición infantil con los niños de 1 a 3 años.

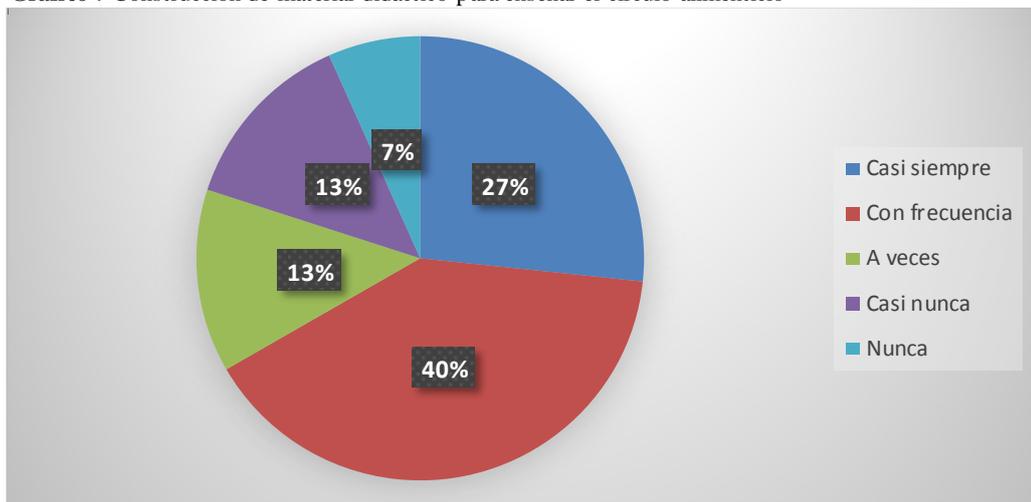
**Pregunta 7. - ¿Construye material didáctico para enseñar el círculo alimenticio a los niños de 1 a 3 años?**

**Tabla 9** Construcción de material didáctico para enseñar el círculo alimenticio

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	4	27%
Con frecuencia	6	40%
A veces	2	13%
Casi nunca	2	13%
Nunca	1	7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 7** Construcción de material didáctico para enseñar el círculo alimenticio



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 27% indica que casi siempre elabora material didáctico para enseñar el círculo alimenticio, el 40% indica que con frecuencia elabora este tipo de material didáctico, el 13% menciona que a veces, el 13% manifiesta que casi nunca y el 7% señala que nunca elabora material didáctico para enseñar la pirámide alimenticia.

De acuerdo a los datos aportados un importante porcentaje de educadoras no han elaborado material didáctico para enseñar el círculo alimenticio a los niños de forma innovadora para alcanzar mejores resultados educativos, lo cual es negativo.

**Pregunta 8. - ¿Qué estrategias aplica para informar a los niños sobre la importancia de comer sano?**

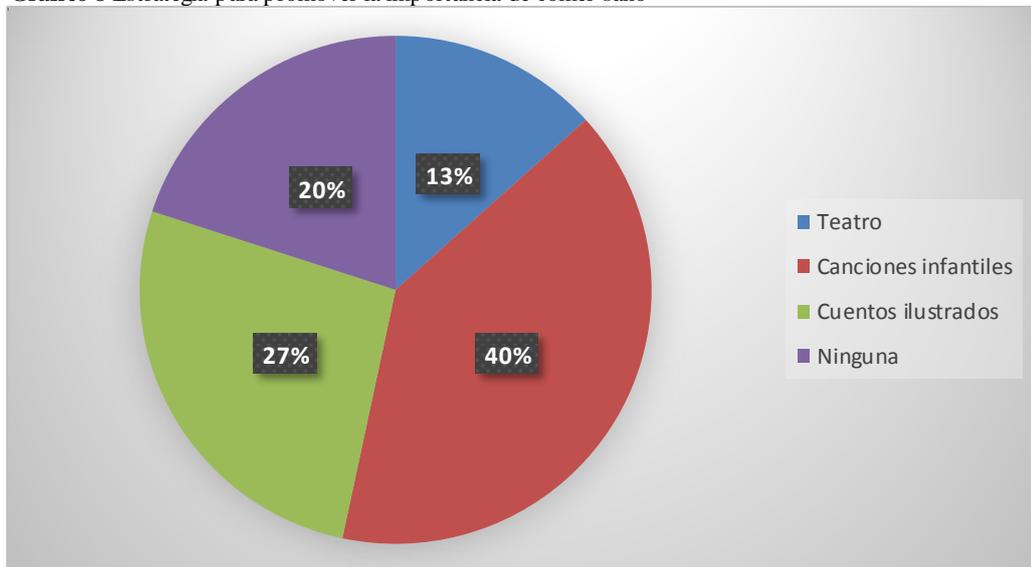
**Tabla 10** Estrategia para promover la importancia de comer sano

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Teatro	2	13%
Canciones infantiles	6	40%
Cuentos ilustrados	4	27%
Ninguna	3	20%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 8** Estrategia para promover la importancia de comer sano



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 13% indica que utiliza el teatro como estrategia para informar a los niños sobre la importancia de comer sano, el 40% utiliza canciones infantiles, el 27% lo hace a través de cuentos ilustrados y el 20% de educadores no utiliza ninguna estrategia.

La pirámide alimenticia, es una de las principales estrategias para promover una buena alimentación y nutrición, se evidencia la diversidad de estrategias que aplican las educadoras

para promover este aprendizaje que sirve como base para cimentar adecuados hábitos alimenticios en los niños de 1 a 3 años.

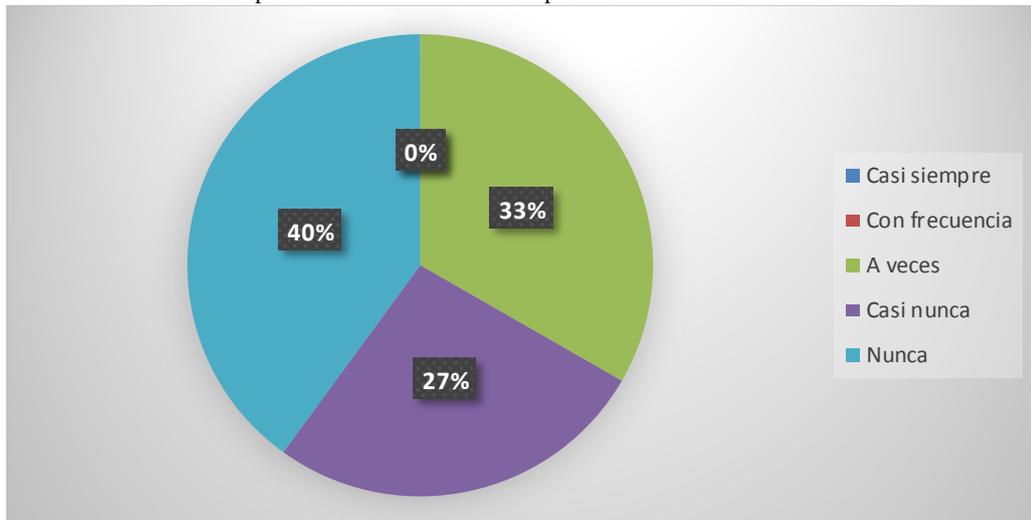
**Pregunta 9. - ¿Emplea estrategias como la guía de la mano (tamaño de la mano para identificar porciones) para los niños?**

**Tabla 11** Guía de mano para enseñar el tamaño de las porciones de alimentos

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	0	0%
Con frecuencia	0	0%
A veces	5	33%
Casi nunca	4	27%
Nunca	6	40%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 9** Guía de mano para enseñar el tamaño de las porciones de alimentos



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de encuestados, el 33% utiliza a veces la guía de la mano para enseñar el tamaño de las porciones que el niño debe consumir, el 27% casi nunca lo hace y el 40% nunca utiliza esta guía para indicar a los niños el tamaño de las porciones que debe consumir.

La guía de la mano como estrategia metodológica permite que el niño adquiera autonomía para reconocer el tamaño de las porciones de alimento recomendadas acorde a su edad, por lo que al no enseñar este tipo de conocimiento los niños y las familias no tienen mecanismos concretos para mejorar su alimentación y nutrición.

**Pregunta 10. - ¿Sitúa un rincón del hogar para que los niños de 1 a 3 años trabajen en el reconocimiento de los alimentos y su preparación?**

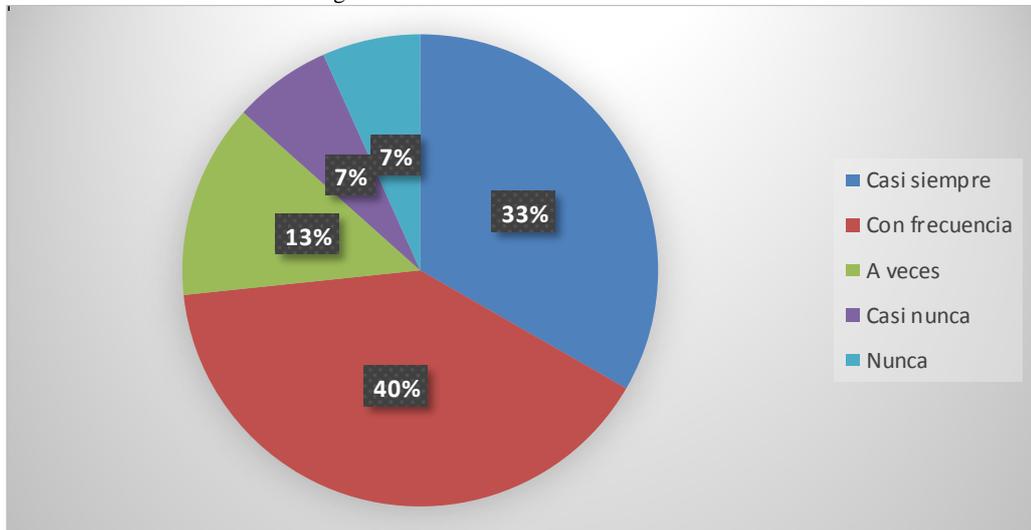
**Tabla 12** Uso del rincón del hogar

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	5	33%
Con frecuencia	6	40%
A veces	2	13%
Casi nunca	1	7%
Nunca	1	7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 10** Uso del rincón del hogar



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

## Análisis y Discusión

Del total de educadoras encuestadas, el 33% afirma que casi siempre sitúa un rincón del hogar para trabajar sobre la alimentación y nutrición infantil, el 40% menciona hacerlo con

frecuencia, el 13% indica que lo hace a veces, el 7% indica no hacerlo casi nunca y el 7% no lo hace nunca.

Analizados estos datos es posible deducir que mayoritariamente no se cumple la orientación del ministerio sobre la metodología juego-trabajo, promoviendo la construcción de rincones de trabajo en las aulas de educación inicial, lo cual perjudica el aprendizaje y desarrollo de adecuados hábitos nutricionales en la infancia.

**Pregunta 11. ¿Realiza dinámicas para motivar a los niños a consumir los alimentos de forma positiva?**

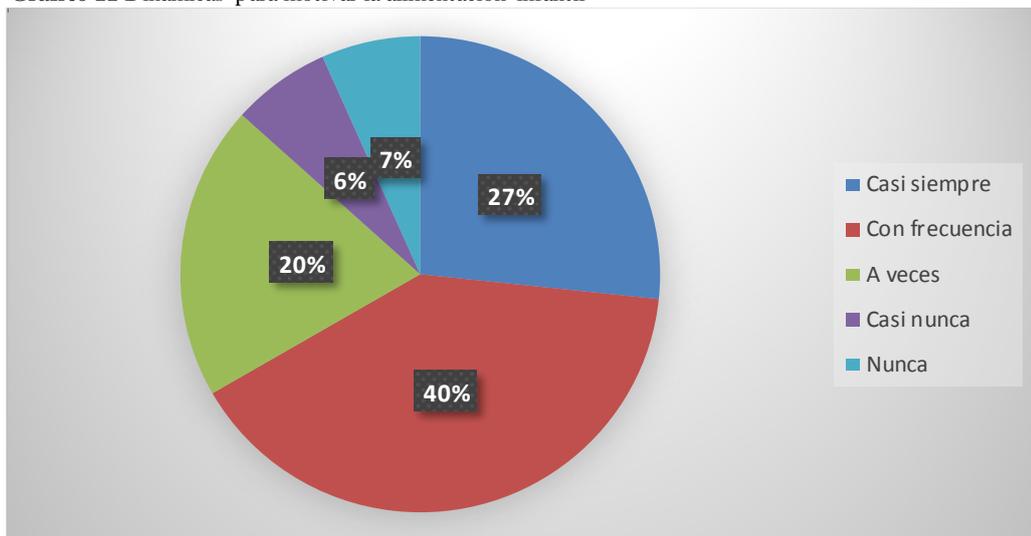
**Tabla 13** Dinámicas para motivar la alimentación infantil

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	4	27%
Con frecuencia	6	40%
A veces	3	20%
Casi nunca	1	6%
Nunca	1	7%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 11** Dinámicas para motivar la alimentación infantil



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 27% menciona que casi siempre realiza dinámicas para motivar a los niños a consumir los alimentos de forma positiva, el 40% lo hace con frecuencia, el 20% lo hace a veces, el 6% casi nunca y el 7% nunca.

Los datos recolectados, permiten evidenciar la relevancia que tiene el momento de la comida y las educadoras en tal consideración buscan crear un espacio divertido y de alegría, por ello es importante que todas las educadoras busquen mecanismos para incentivar a los infantes a que consuman los alimentos de forma positiva.

**Pregunta 12. - ¿Toma en consideración la existencia de antecedentes de obesidad familiar para promover el desarrollo de hábitos alimenticios adecuados en los niños?**

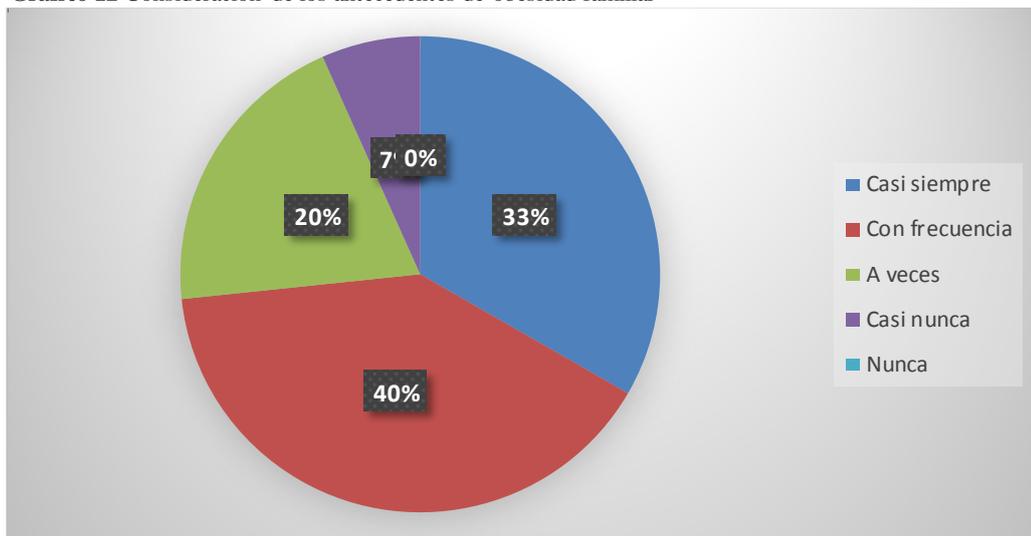
**Tabla 14** Consideración de los antecedentes de obesidad familiar

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	5	33%
Con frecuencia	6	40%
A veces	3	20%
Casi nunca	1	7%
Nunca	0	0%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 12** Consideración de los antecedentes de obesidad familiar



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 33% menciona que casi siempre toma en consideración los antecedentes de obesidad familiar, el 40% indica con frecuencia, el 20% manifiesta que a veces, el 7% señala que casi nunca toma en consideración los antecedentes de obesidad familiar para promover hábitos alimenticios saludables.

Los antecedentes de obesidad en la familia, son un indicador que denota factores de riesgo tanto metabólicos como de los hábitos alimenticios, por ello es necesario tomarlos en consideración para motivar a los niños a que aprendan a comer sano.

**Pregunta 13. - ¿Se informa a los padres de familia acerca de las porciones de alimento adecuado para que lo puedan proveer en sus hogares?**

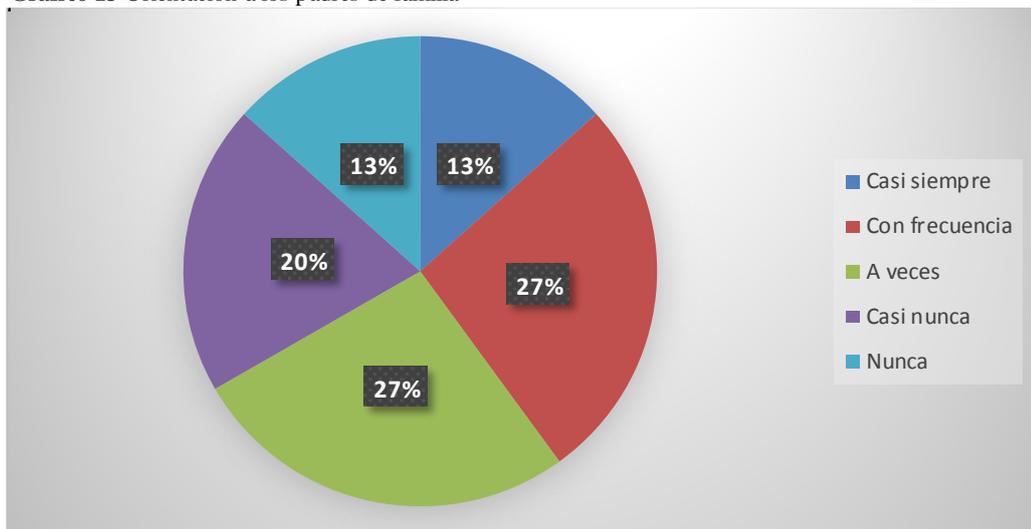
**Tabla 15** Orientación a los padres de familia

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	2	13%
Con frecuencia	4	27%
A veces	4	27%
Casi nunca	3	20%
Nunca	2	13%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 13** Orientación a los padres de familia



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de docentes encuestadas, el 13% casi siempre orienta a los padres sobre las porciones de alimentos que deben consumir los niños, el 27% lo hace con frecuencia, el 27% lo hace a veces, el 20% señaló casi nunca y el 13% manifestó que nunca lo hace.

Se evidencia que es relativamente bajo el nivel de orientación que se brinda por parte de las educadoras hacia los padres de familia, en temas de alimentación y nutrición infantil, lo cual es negativo, puesto que la familia es la encargada de proveer una gran parte de la alimentación a los niños y no tiene una orientación idónea para hacerlo de forma adecuada.

**Pregunta 14. - ¿Qué tipo de actividades utiliza para incentivar a los infantes a que no consuman comida chatarra?**

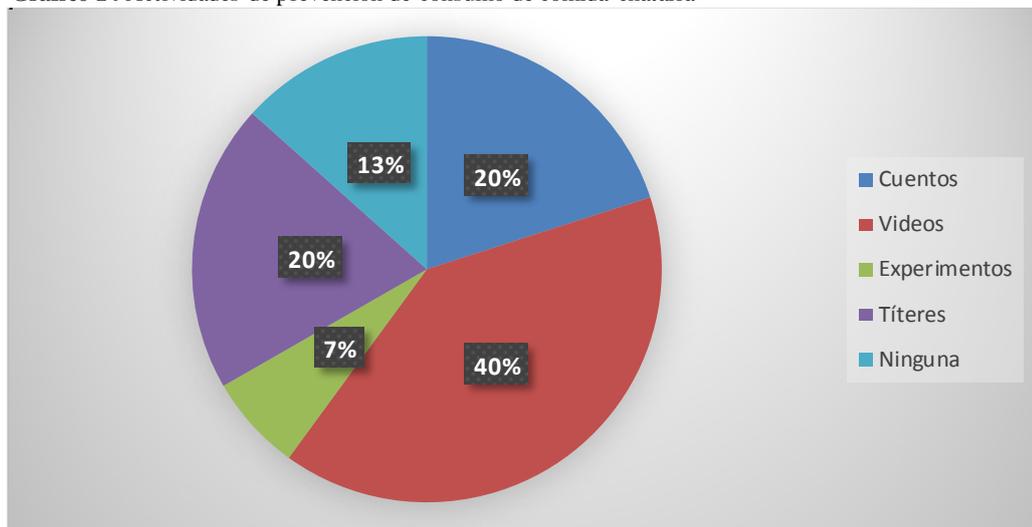
**Tabla 16** Actividades de prevención de consumo de comida chatarra

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Cuentos	3	20%
Videos	6	40%
Experimentos	1	7%
Títeres	3	20%
Ninguna	2	13%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 14** Actividades de prevención de consumo de comida chatarra



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas, el 20% utiliza cuentos para prevenir el consumo de comida chatarra, el 40% lo hace por medio de videos, el 7% utiliza experimentos, el 20% a través de títeres y el 13% no utiliza ninguna estrategia.

Analizados estos datos se evidencia que existe un importante porcentaje de educadoras que no aplican estrategias para prevenir el consumo de comida chatarra, lo que es negativo debido a que el consumo de comida chatarra en una costumbre que se está generalizando en los estilos de vida actuales y que causa enorme perjuicio a la salud y nutrición de los niños.

### Pregunta 15. - ¿Qué tiempo a la semana dedica a la educación para la nutrición infantil?

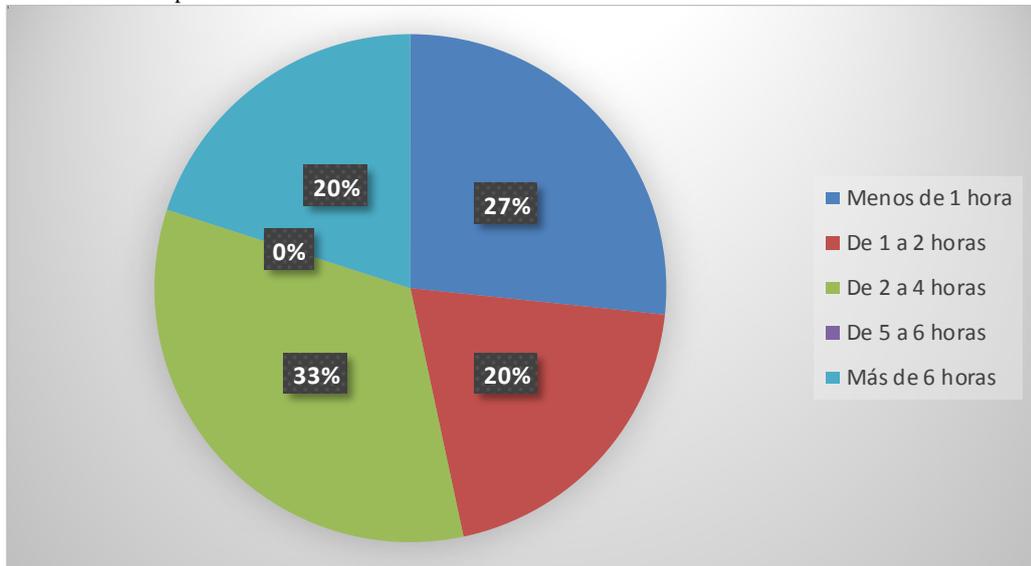
**Tabla 17** Tiempo semanal dedicado a la educación nutricional

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1 hora	4	27%
De 1 a 2 horas	3	27%
De 2 a 4 horas	5	33%
De 5 a 6 horas	0	0%
Más de 6 horas	3	20%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 15** Tiempo semanal dedicado a la educación nutricional



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de educadoras encuestadas, el 27% dedica menos de 1 hora a la semana para la educación para la nutrición infantil, el 20% dedica de 1 a 2 horas, el 33% de 2 a 4 horas y el 20% más de 6 horas a la semana.

Se evidencia que existe poco tiempo a la semana empleado por las educadoras para promover la nutrición infantil, lo cual es negativo tomando en consideración la etapa del desarrollo evolutivo que atraviesan los niños de 1 a 3 años, que es crucial en la formación de hábitos alimenticios saludables y que deben promoverse tanto en la escuela como en el hogar.

**Pregunta 16. - ¿Considera que la educación que se provee en el centro infantil ha contribuido para desarrollar la destreza de realizar acciones para alimentarse con autonomía en los niños y niñas de 1 a 3 años?**

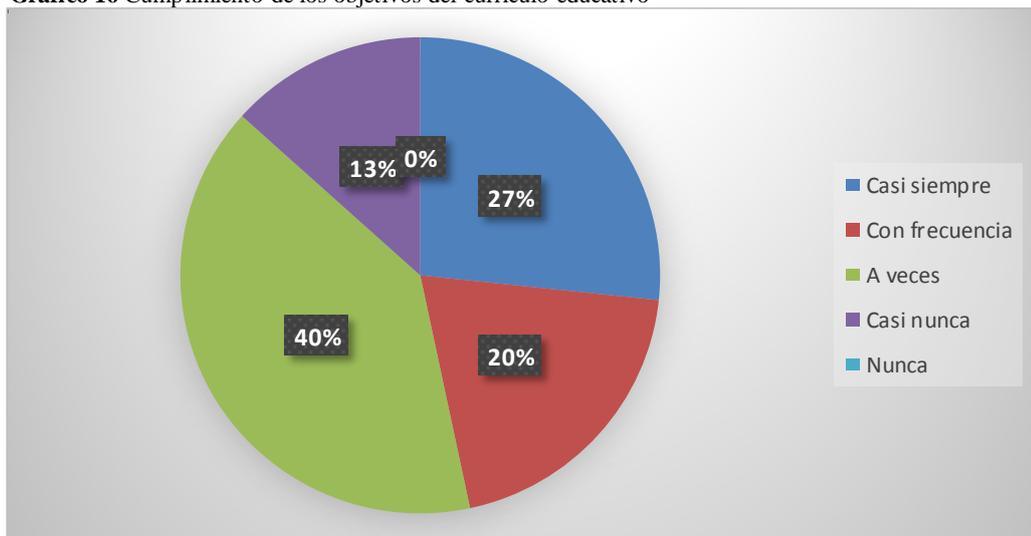
**Tabla 18** Cumplimiento de los objetivos del currículo educativo

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Casi siempre	4	27%
Con frecuencia	3	20%
A veces	6	40%
Casi nunca	2	13%
Nunca	0	0%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 16** Cumplimiento de los objetivos del currículo educativo



**Fuente:** Encuesta educadoras del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### **Análisis y Discusión**

Del total de educadoras encuestadas el 27% considera que la educación que provee el centro infantil casi siempre contribuye a mejorar la autonomía del infante para alimentarse, el 20% cree que lo hace con frecuencia, el 40% señala que a veces y el 13% indica que nunca.

Analizados estos datos se puede deducir que hay debilidades en cuanto a las prácticas pedagógicas de las educadoras para promover de forma adecuada la adquisición de hábitos alimenticios saludables que ayuden a mejorar la nutrición infantil.

### 11.3. Encuesta dirigida a los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”

La presente encuesta fue aplicada a los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz” con el objetivo de conocer las limitaciones nutricionales en los niños de 1 a 3 años.

1. En una escala de 1 a 4: ¿Qué importancia tiene la nutrición infantil? Siendo 4; muy importante, 3; relativamente importante, 2; poco importante, 1 sin importancia.

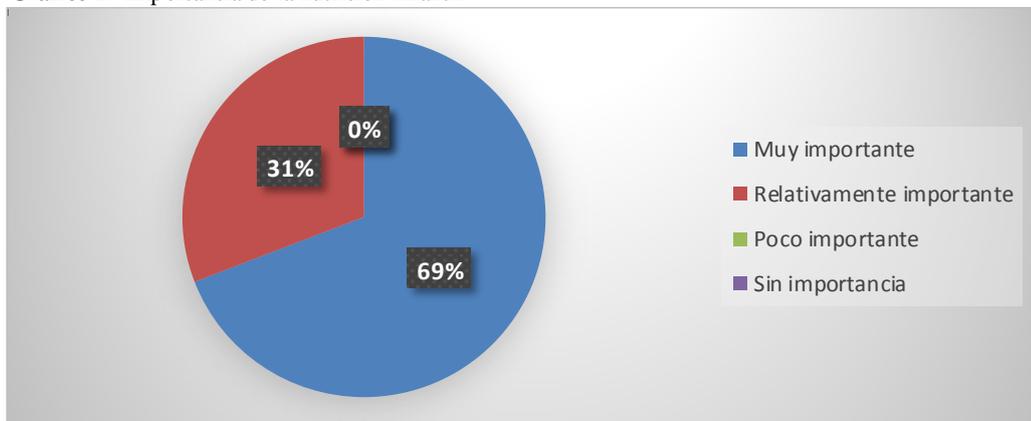
**Tabla 19** Importancia de la nutrición infantil

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Muy importante	56	69%
Relativamente importante	25	31%
Poco importante	0	0%
Sin importancia	0	0%
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 17** Importancia de la nutrición infantil



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados el 69% considera a la nutrición infantil muy importante, en tanto que el 31% considera que es relativamente importante.

Analizados estos datos se evidencia que los padres de familia reconocen la importancia de la nutrición en la primera infancia, lo cual positivo pues denota predisposición para proveer de una adecuada nutrición a los niños.

## 2. ¿Ha recibido orientación por parte del centro infantil sobre la nutrición de los niños/as?

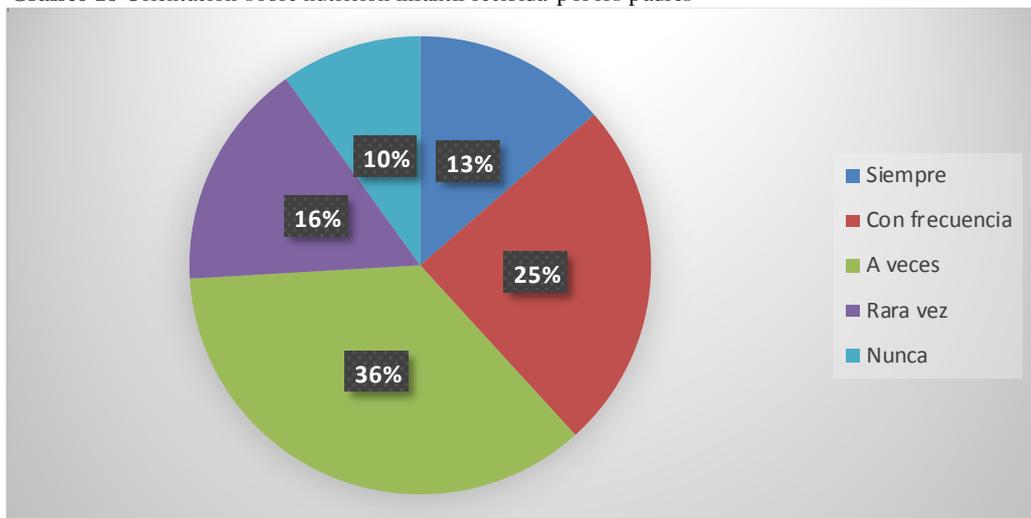
**Tabla 20** Orientación sobre nutrición infantil recibida por los padres

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	11	13%
Con frecuencia	20	25%
A veces	29	36%
Rara vez	13	16%
Nunca	8	10%
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 18** Orientación sobre nutrición infantil recibida por los padres



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados, el 13% señala que siempre recibe orientación sobre nutrición infantil por parte del centro infantil, el 25% seleccionó la opción con frecuencia, el 35% indicó que a veces, el 16% mencionó que rara vez y el 10% señaló que nunca.

La orientación que el centro infantil pueda proveer a los padres o cuidadores sobre la nutrición infantil es crucial para mejorar la nutrición, por ello es negativo que un porcentaje significativo de padres no hayan recibido orientaciones sobre temas relacionados con la

nutrición infantil, como la pirámide alimenticia, la frecuencia de las comidas, el tamaño de las raciones, entre otros, que contribuyan a mejorar la dieta de los infantes en el contexto familiar.

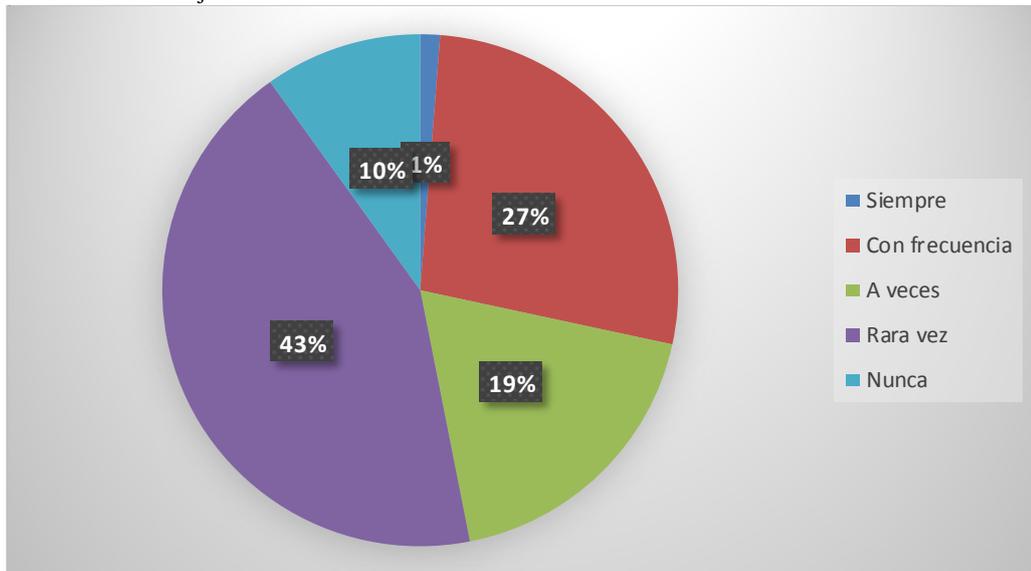
### 3. ¿El niño/a presenta peso bajo en relación a su edad y talla?

**Tabla 21** Peso bajo de los niños de 1 a 3 años

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	1	1%
Con frecuencia	22	27%
A veces	15	19%
Rara vez	35	43%
Nunca	8	10%
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 19** Peso bajo de los niños de 1 a 3 años



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz  
**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados, el 1% señala que el niño/a siempre presenta peso bajo, el 27% menciona que, con frecuencia, el 19% manifiesta que a veces, el 43% menciona que rara vez y el 10% manifiesta que nunca.

Analizados estos datos se deduce que los niños mantienen un peso acorde a su edad y talla, por lo cual no existen indicios de desnutrición crónica, no obstante, es necesario analizar el tipo de alimentación que recibe y esta satisface los requerimientos nutricionales de los infantes de 1 a 3 años.

**4. En una escala de 1 a 4: ¿Qué nivel de conocimiento tiene usted sobre las necesidades nutricionales de los niños de 1 a 3 años?** Siendo 4; Muy alto, 3; Alto, 2; Mejorable, 1 Bajo

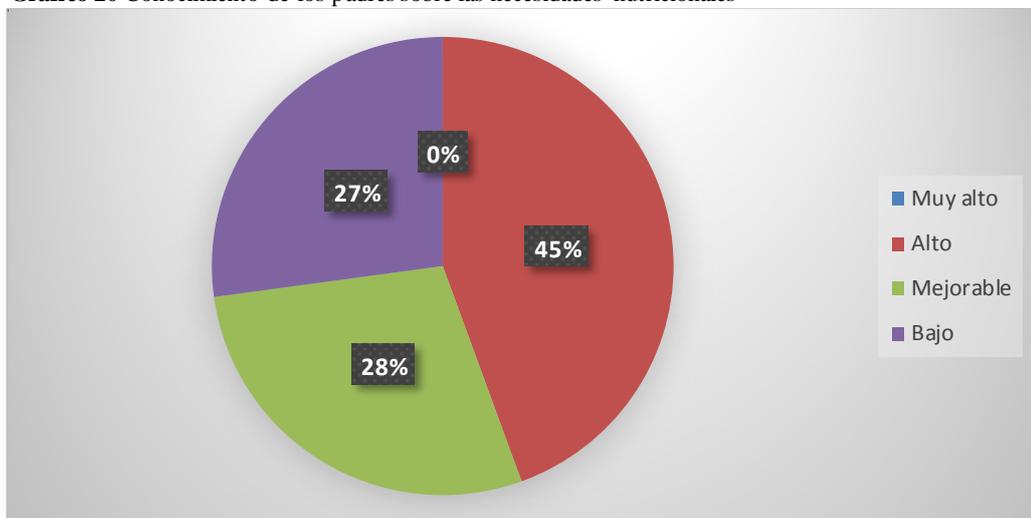
**Tabla 22** Conocimiento de los padres sobre las necesidades nutricionales

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	0	0%
Alto	36	
Mejorable	23	
Bajo	22	
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 20** Conocimiento de los padres sobre las necesidades nutricionales



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados, el 45% considera que tiene un nivel alto de conocimiento sobre las necesidades nutricionales de los niños de 1 a 3 años, el 28% indica tener un conocimiento mejorable y el 27% indica tener un conocimiento bajo sobre las necesidades nutricionales de los niños de 1 a 3 años.

De los datos recolectados se puede deducir que los padres de familia requieren de orientaciones y capacitaciones acerca de la nutrición infantil, para poder brindar a los niños de 1 a 3 años una mejor alimentación que permita mejorar también su estado nutricional y prevenir enfermedades en el corto y largo plazo.

**5. Indique la frecuencia en la que el niño recibe cada uno de los siguientes alimentos en casa:**

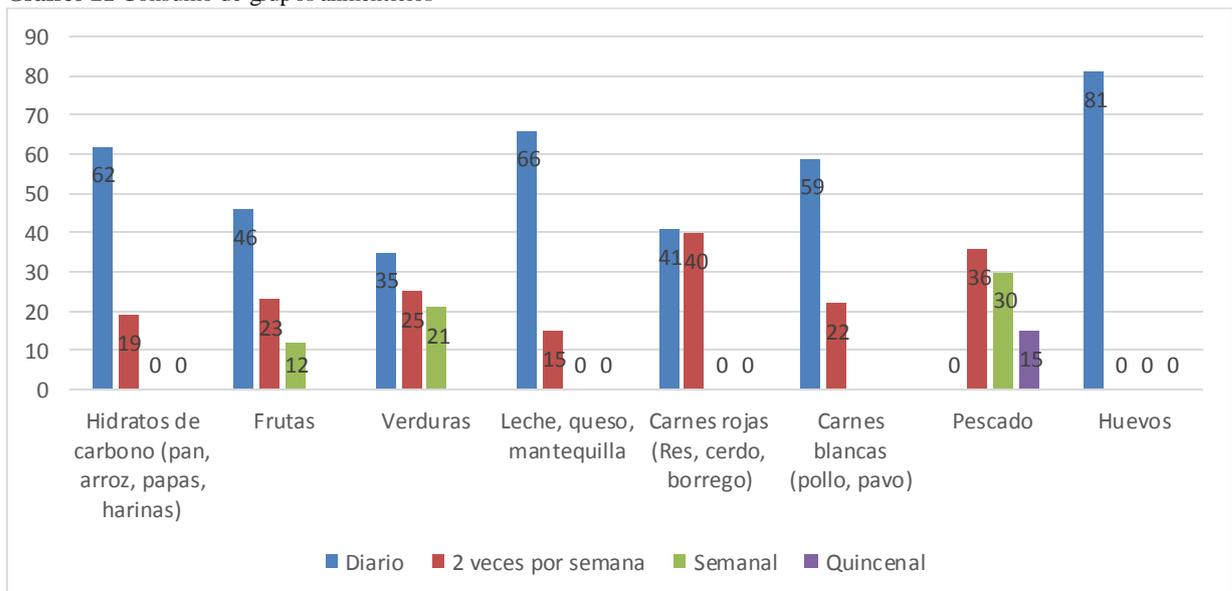
**Tabla 23** Consumo de grupos alimenticios

Alimento	Frecuencia/Porcentaje							
	A diario		2 veces por semana		Semanal		Cada 15 días	
	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%	Fr.	%
Hidratos de carbono (pan, arroz, papas)	62	77%	19	23%	0	0%	0	0%
Frutas	46	57%	23	28%	12	15%	0	0%
Verduras	35	43%	25	31%	21	26%	0	0%
Leche, queso, mantequilla	66	81%	15	19%	0	0%	0	0%
Carnes rojas	41	51%	40	49%	0	0%	0	0%
Carnes blancas	59	73%	22	27%	0	0%	0	0%
Pescado	0	0%	36	44%	30	37%	15	19%
Huevos	81	100%	0	0%	0	0%	0	0%
<b>Total</b>	<b>81/100%</b>							

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 21** Consumo de grupos alimenticios



**Análisis y discusión**

De los datos recabados se evidencia un alto consumo de huevos, productos lácteos e hidratos de carbono a diario, dejando de lado la inclusión de las frutas y verduras que son base en la pirámide de alimentos, lo cual refleja una deficiente alimentación que puede generar problemas nutricionales en los niños de 1 a 3 años.

**6. ¿Con qué frecuencia se consumen en el hogar comida chatarra? (Pizza, papas fritas, hamburguesas, hot dog, snacks y bebidas azucaradas)**

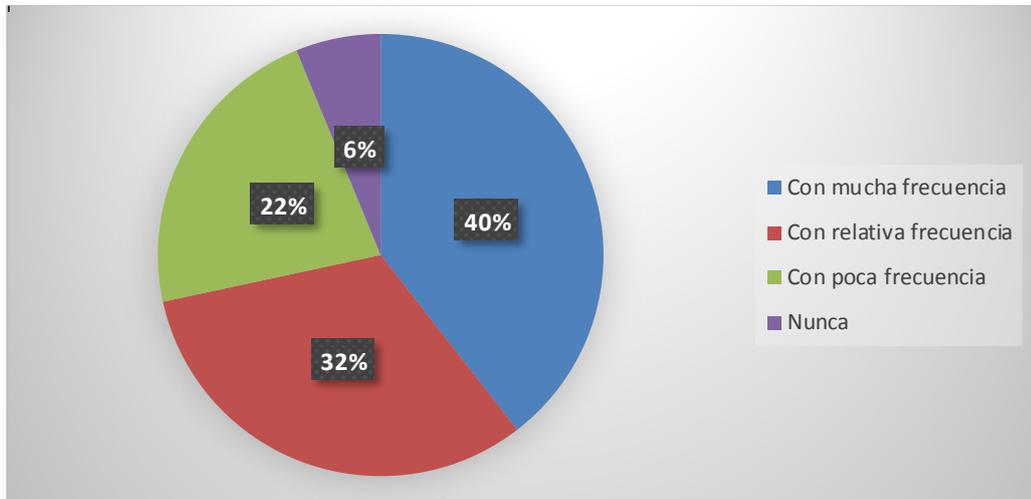
**Tabla 24** Frecuencia de consumo de comida chatarra

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Con mucha frecuencia	32	40%
Con relativa frecuencia	26	32%
Con poca frecuencia	18	22%
Nunca	5	6%
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 22** Frecuencia de consumo de comida chatarra



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados, el 40% indica que consume con mucha frecuencia comida chatarra, el 32% indica que lo hace con relativa frecuencia, el 22% manifiesta que lo hace con poca frecuencia y el 6% manifiesta que nunca consume comida chatarra.

Analizados los datos se evidencia que el consumo de comida chatarra es alto en el entorno familiar de los estudiantes, lo cual perjudica su nutrición y su salud, además que afecta en el desarrollo de buenos hábitos alimenticios.

## 7. ¿En casa, con qué frecuencia realiza actividades físicas con su hijo?

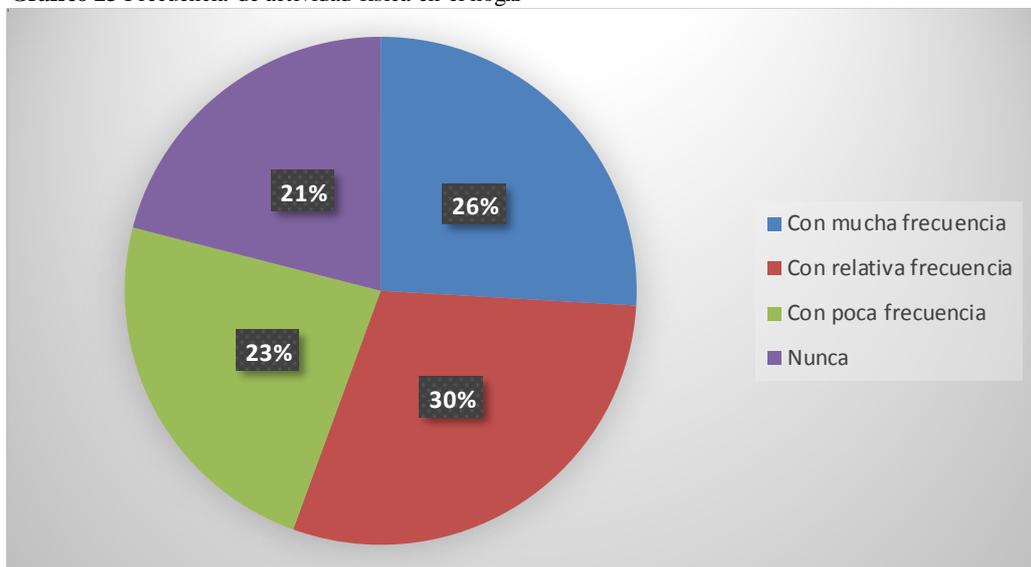
**Tabla 25** Frecuencia de actividad física en el hogar

Opción	Frecuencia	Porcentaje
Con mucha frecuencia	21	26%
Con relativa frecuencia	24	30%
Con poca frecuencia	19	23%
Nunca	17	21%
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

**Gráfico 23** Frecuencia de actividad física en el hogar



**Fuente:** Encuesta a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz

**Elaborado por:** Beronica Guzmán

### Análisis y Discusión

Del total de padres de familia encuestados, el 26% indica que realiza actividad física con mucha frecuencia con su hijo/a, el 30% señala que lo hace con relativa frecuencia, el 23% manifiesta que lo hace con poca frecuencia y el 21% menciona que no lo hace nunca.

La actividad física es un aspecto elemental para tener un buen estado nutricional, como complemento para la absorción de los nutrientes que se consume y fortalecimiento de las estructuras del organismo, existe un alto porcentaje de padres de familia que no promueven la práctica de ejercicio en el entorno familiar.

## **Discusión de las encuestas**

De las encuestas aplicadas a las educadoras y a los padres de familia, se evidencia que existen falencias que afectan de forma progresiva, la salud el bienestar y el aprendizaje de los niños en la primera infancia.

En la promoción de los hábitos alimenticios saludables, por parte de las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”, se evidencia la escases de estrategias metodológicas innovadoras que motivan a los infantes a reconocer los alimentos nutritivos y a fomentar su consumo en el hogar, así como el poco material didáctico que construyen para el desarrollo de estos conocimientos en los infantes de 1 a 3 años. En cuanto a las limitaciones nutricionales en el entorno familiar, se observa que las familias tienen un alto consumo de comida rápida, y un bajo consumo en fruta y verduras, lo cual evidencia la mala calidad de la alimentación que reciben los niños. Por ello, es necesario elaborar estrategias mancomunadas entre el centro infantil y las familias para mejorar la nutrición de los niños.

## **12. IMPACTO SOCIAL Y EDUCATIVO**

El impacto que ha alcanzado la presente investigación es de tipo social y educativo.

Social, debido a las consideraciones expuestas acerca de la nutrición infantil, como mecanismo de garantía para la equidad social, por ende, es necesario cumplir con las orientaciones de la política pública como la Norma de Atención de Desarrollo Infantil Integral, en el que se establecen los lineamientos sobre el tipo de alimentación y los protocolos de actuación para procurar un adecuado estado nutricional en los niños y niñas menores de cuatro años. La presente investigación ha permitido identificar las limitaciones nutricionales que tienen en la actualidad los niños y niñas de 1 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz, para que las autoridades de la institución puedan tomar las acciones pertinentes.

En el ámbito educativo se han analizado las prácticas pedagógicas de las educadoras en el aula para promover la adquisición de hábitos alimenticios saludables, que garanticen una buena nutrición infantil, a través del uso de estrategias metodológicas innovadoras como las orientadas en el currículo de educación inicial por medio de la construcción de rincones de

trabajo, uso de medios tecnológicos, elaboración de material didáctico y rutinas educativas que promuevan buenas prácticas alimenticias en los niños y niñas de 1 a 3 años.

### **13. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **Conclusiones**

Al finalizar la investigación se ha podido concluir que:

- La nutrición y la educación infantil son dos aspectos esenciales durante la primera infancia y que mantienen una estrecha relación de reciprocidad. La nutrición infantil influye en el desarrollo y aprendizaje de los niños, así como la educación inicial puede influir en las prácticas nutricionales de los infantes, por ello es necesario que conjuntamente padres de familia y educadoras de la institución trabajen para mejorar el estado nutricional de los niños de 1 a 3 años.
- Se puede evidenciar la existencia de debilidades en cuanto a las prácticas pedagógicas de las educadoras para promover la adquisición de hábitos alimenticios saludables en los niños de 1 a 3 años, como la escasa elaboración de material didáctico, la poca disponibilidad del rincón del hogar para trabajar temas de alimentación y la deficiente aplicación de estrategias metodológicas para promover los hábitos alimenticios saludables.
- Las características nutricionales indagadas en el Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz denotan el incumplimiento parcial de las orientaciones de la Norma Técnica de Atención Infantil Integral en relación a la nutrición infantil, debido a que las porciones de alimento que se provee a los infantes no corresponden con las recomendaciones emitidas por la misma, de igual forma se evidencia una escasa inclusión de frutas y verduras en la composición de los alimentos que se sirven a los niños de 1 a 3 años.
- Las limitaciones nutricionales identificadas en el entorno familiar son principalmente el deficiente conocimiento y orientación acerca de la nutrición infantil, lo cual impide que los padres de familia proveen de una dieta balanceada a los infantes, del mismo modo el estilo de vida caracterizado por un alto consumo de comida chatarra y un bajo consumo de frutas y verduras.

## Recomendaciones

Al finalizar la investigación se recomienda que:

- Se debe promocionar la nutrición infantil desde los niveles de educación inicial, puesto que los niños y niñas están en pleno proceso de formación de hábitos, gustos y preferencias que prevalecerán a lo largo de su vida.
- Se recomienda que la planificación de capacitaciones de talleres para las educadoras que permitan identificar y elaborar material didáctico y estrategias metodológicas idóneas, para promover en los infantes la adquisición de hábitos alimenticios saludables para mejorar su estado nutricional.
- Se debe mejorar la alimentación que se provee en el centro infantil, de tal manera que cumpla con las especificaciones que dicta la Norma Técnica de Atención Infantil Integral, incluir de forma progresiva el consumo de verduras, hortalizas y frutas en la dieta de los infantes.
- Orientar a los padres de familia, por medio de charlas, talleres, capacitaciones, para que mejoren las prácticas alimenticias en el entorno familiar, evitando el consumo de comida chatarra que perjudica la nutrición infantil y promoviendo el consumo de todos los grupos alimenticios acorde a las frecuencias que se describen en la pirámide alimenticia.

## 14. BIBLIOGRAFÍA

- Alvarado, I., & Montenegro, O. (2010). Formación de hábitos alimentarios y de estilos de vida saludables. *Estilos de vida*, 332-364.
- Carcamo, G., & Mena, C. (2010). Alimentación saludable. *Horizontes Educativos*, 1-7.
- Consejo Nacional de Planificación. (2017). *Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021-Toda una vida*. Quito, Ecuador: Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo .
- Corisco, M. (2014). Come según el tamaño de tu mano. *El mundo crónica*, 18-19.
- Crespo, M. (2017). *La alimentación saludable en educación infantil como recurso esencial e indispensable para la vida*. Tesis. Palencia: Universidad de Valladolid.
- Del canto, E., & Silva, A. (2013). Metodología cuantitativa: abordaje desde la complementariedad en ciencias sociales. *Revista de Ciencias Sociales*, vol. III(núm. 141), pp. 25-34.
- Ferreira, C., García, K., Macías, L., Pérez, A., & Tomsich, C. (2011). *Hombres y mujeres del Ecuador en cifras*. Quito, Ecuador: Editorial Ecuador.
- Galán, M. (2011). Alimentación en la educación infantil. *Innovación y experiencias educativas*, 1(39), 1-10.
- Gracia, M. (2009). Qué y cuánto comer: tomando medidas frente a las sociedades obesogénicas. *Salud Colectiva*, 5(3), 363-376.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGRAW-HILL.
- Iglesias, C. (2012). La nutrición en el comedor. En J. Martínez, *Nutrición y alimentación en el ámbito escolar* (págs. 37-44). Madrid: Ergon.
- Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos. (2014). *Compendio Estadístico*. Quito, Ecuador: Dirección de comunicación Social.

- Jimenez, R. (1998). *Metodología de la Investigación. Elementos Básicos para la Investigación Clínica*. La Habana, : Editorial Ciencias Médicas.
- León, A., Terry, B., & Quintana, I. (2009). Estado nutricional en niños menores de 5 años en un consultorio de Babahoyo (República del Ecuador). *Revista Cubana de Higiene y Epidemiología*, 47(1), 1-10.
- Macías, A., Gordillo, L., & Camacho, R. (septiembre de 2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista Chilena de Nutrición*, vol. 39(núm. 3), pp. 40-43.
- Martínez, M. (2006). La investigación Cualitativa, Síntesis Conceptual. *REVISTA IIPSI*, VOL. 9(Nº 1 ), pp. 123-146.
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2014). *Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral*. Quito, Ecuador: Dirección Nacional de Comunicación Social.
- Ministerio de Salud. (2017). *Informe Rendición de cuentas*. Latacunga, Ecuador: Ediciones públicas.
- Ministerio de Salud del Ecuador. (2011). *Normas de atención integral a la niñez*. Quito, Ecuador: Dirección de normatización del sistema nacional de salud.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica*. Neiva, Colombia: Universidad Surcolombiana.
- Mora, M. (2016). *La alimentación y la nutrición infantil en el ámbito escolar. Tesis de Grado*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Morga, L. (2012). *Teoría y técnica de la entrevista*. México D.F.: RED TERCER MILENIO.
- Noguera, D., Márquez, J., Campos, I., & Santiago, R. (2013). Alimentación complementaria en niños sanos de 6 a 36 meses. *Archivos Venezolanos de Puericultura y Pediatría*, 76(3), 128-135.
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *América Latina y El Caribe, panorama de la seguridad alimentaria y nutricional*. Santiago de Chile: Organización de las Naciones

Unidas para la Alimentación y la Agricultura y a Organización Panamericana de la Salud .

Pinto, J., & Carbajal, A. (2006). *La dieta equilibrada prudente o saludable*. Madrid, España: Nueva Imprenta.

Pollit, E. (1984). *La nutrición y el rendimiento escolar*. París: UNESCO.

Ramón, L. (2011). *Importancia de la nutrición en los niños de preescolar*. Ciudad del Carmen: Universidad Pedagógica Nacional.

Rivero, M., Moreno, L., Dalmau, J., Moreno, J., Aliaga, A., García, A., . . . Ávila, J. (2015). *Libro blanco de la nutrición infantil en España* . Zaragoza, España: Prensas de la Universidad de Zaragoza.

Santillana, A. (2013). *Relación entre el estado nutricional y el aporte calórico del contenido alimentario en los refrigerios de los preescolares*. Toluca, México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Secretaría de Educación. (2010). *Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y nutrición*. Tegucigalpa, Honduras: ONU, FAO.

UNICEF. (2013). *Mejorar la nutrición infantil, El imperativo para el progreso mundial que es posible lograr*. Nueva York: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Valle, J. (2012). *Hacia una escuela saludable. propuestas didácticas para la acción en educación infantil*. España: Universidad de Valladolid.

## 15. ANEXOS

### ANEXO 1: HOJA DE VIDA TUTORA

#### DATOS PERSONALES:

**NOMBRES:** María Fernanda

**APELLIDOS:** Constante Barragán

**CED. DE CIUDADANIA:** 050276795 - 7

**EDAD:** 33 años

**ESTADO CIVIL:** Casado

**LUGAR DE NACIMIENTO:** Latacunga

**FECHA DE NACIMIENTO:** 05 de Febrero de 1983

**DIRECCION DOMICILIARIA:** Latacunga, Cda. Maldonado Toledo Calle Pángua Sur N° 1-161

**TELEFONO:** 032 803 - 213

**CELULAR:** 0992774684

**EMAIL:** nandita\_constante5@hotmail.com maria.constante@utc.edu.ec



#### ESTUDIOS REALIZADOS:

**TÉCNICO SUPERIOR:** UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**TITULO:** TECNÓLOGA EN RECREACIÓN Y MOTIVACIÓN INFANTIL. T

**ERCER NIVEL:** UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**TITULO:** PROFESORA EN EDUCACIÓN PARVULARIA.

**TERCER NIVEL:** UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**TITULO:** LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN PARVULARIA.

**CUARTO NIVEL:** UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

**TITULO:** MAGISTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EN GESTIÓN EDUCATIVA Y DESARROLLO SOCIAL.

**CUARTO NIVEL:** UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMERICA

TÍTULO: MAGISTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN PARVULARIA.

#### EXPERIENCIA LABORAL:

- Maestra de Educación Inicial en el Centro Infantil Bilingüe “PARVULITOS” (Latacunga).
- Directora del Centro Infantil con carga horaria en el Centro de Desarrollo Infantil y Estimulación Temprana “PEQUEÑOS TRAVIESOS” (Latacunga).
- Docente en la UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI en la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas, Carrera de Educación Parvularia (Latacunga)
- Coordinadora de la Carrera de Educación Parvularia de la Universidad Técnica de Cotopaxi.

## ANEXO 2: HOJA DE VIDA INVESTIGADORA

### Información Personal:

Nombres: Beronica Jasmina

Apellidos: Guzmán Plazes

Cedula: 1713710471

Lugar y fecha de nacimiento: Ambato, 23 de Octubre de 1977

Estado Civil: Divorciada

Ciudad: Latacunga

Teléfono: 032663083

Móvil: 0984325622

E-mail: [antonymise65@gmail.com](mailto:antonymise65@gmail.com)



### Formación Académica:

Primaria:

Secundaria:

Superior:

### Experiencia Laboral:

Unidad Educativa Jose Maria Velasco Ibarra

Cargo: Docente de Educación inicial

Experiencia:

Unidad Educativa Jean Piaget

Cargo: Docente de Educación inicial

Experiencia:

Unidad educativa CELIC

Cargo: Docente de Educación inicial

Experiencia:

## ANEXO 3: MODELO ENTREVISTA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INICIAL

**Entrevista al coordinador/director del Centro de Desarrollo Infantil Luis Fernando Ruiz**

**Objetivo:** Investigar las características de la nutrición infantil en los niños de 1 a 3 años en el Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”.

1. **¿Quién es la persona encargada de la preparación de los alimentos que se sirven a los infantes en el centro infantil?**

-----  
-----

2. **¿Gestionan capacitaciones sobre nutrición infantil para la persona o personas encargadas del manejo y la preparación de los alimentos para los niños?**

-----  
-----

3. **¿Cómo se preparan las porciones de alimentos que reciben los niños de 1 a 3 años para que cumplan con las recomendaciones de la Norma Técnica de Desarrollo Infantil Integral (15% proteína, 25% grasa y 60% carbohidratos)?**

-----  
-----

4. **¿De qué manera se diferencian las raciones de comida para los niños de 1 a 2 años de la de los niños de 2 a 3 años?**

-----  
-----

5. ¿Disponen en el centro infantil de suplementación nutricional para los infantes? ¿Por qué?

-----  
-----

6. ¿Se realiza algún tipo de seguimiento por parte de la institución del cumplimiento de buenas prácticas alimenticias por parte de la familia de los niños?

-----  
-----

7. ¿Qué mecanismos utilizan para identificar niños con posibles problemas nutricionales?

-----  
-----

8. ¿Qué protocolos se siguen al identificar un caso de malnutrición infantil?

-----  
-----

9. Indique una posible composición de menú para los niños de 1 a 2 años en el centro infantil:

<b>Comida</b>	<b>Composición</b>	<b>Alimentos</b>
<b>Desayuno</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	
<b>Refrigerio</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	
<b>Almuerzo</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	

<b>Refrigerio</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	

**10. Indique una posible composición de menú para los niños de 2 a 3 años en el centro infantil:**

<b>Comida</b>	<b>Composición</b>	<b>Alimentos</b>
<b>Desayuno</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	
<b>Refrigerio</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	
<b>Almuerzo</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	
<b>Refrigerio</b>	Proteína	
	Grasa	
	Carbohidratos	

Gracias por su colaboración

## ANEXO 4: MODELO ENCUESTA DOCENTES



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INICIAL

**Encuesta a las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”**

**Objetivo:** Determinar la influencia de la educación en el desarrollo de hábitos alimenticios en el nivel inicial con niños de 1 a 3 años

### Instrucciones:

Lea atentamente cada pregunta y seleccione solamente una opción en cada caso marcando una X en el casillero correspondiente

### Cuestionario

#### 1. Indique su sexo

Masculino ( )

Femenino ( )

#### 2. Indique que tiempo de experiencia tiene en su profesión

Menos de 1 año ( )

De 1 a 2 años ( )

De 2 a 5 años ( )

de 5 a 10 años ( )

Más de 10 años ( )

#### 3. Indique el nivel académico de su título

Bachiller ( )

Auxiliar ( )

Tecnología ( )

Licenciatura ( )

Maestría ( )

#### 4. ¿Se capacita acerca de temas de alimentación y nutrición infantil?

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**5. ¿Conoce el proceso de adquisición de hábitos en los niños?**

-Mucho ( )

-Suficiente ( )

-Poco ( )

-Nada ( )

**6. Del 1 al 5; ¿En qué grado toma en consideración la nutrición infantil para la planificación de actividades educativas dirigidas a los niños de 1 a 3 años? Siendo 5 nunca, 4 casi nunca, 3 a veces, 2 con frecuencia y 1 siempre.**

1 ( )      2 ( )      3 ( )      4 ( )      5 ( )

**7. ¿Construye material didáctico para enseñar la pirámide alimenticia a los niños de 1 a 3 años?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**8. ¿Qué estrategias aplica para informar a los niños sobre la importancia de comer sano?**

-Teatro ( )

-Canciones infantiles ( )

-Cuentos ilustrados ( )

-Ninguna ( )

**9. ¿Emplea estrategias como la guía de la mano (tamaño de la mano para identificar porciones) para los niños?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**10. ¿Sitúa un rincón del hogar para que los niños de 1 a 3 años trabajen en el reconocimiento de los alimentos y su preparación?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**11. ¿Realiza dinámicas para motivar a los niños a consumir los alimentos de forma positiva?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**12. ¿Toma en consideración la existencia de antecedentes de obesidad familiar para promover el desarrollo de hábitos alimenticios adecuados en los niños?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**13. ¿Se informa a los padres de familia acerca de las porciones de alimento adecuado para que lo puedan proveer en sus hogares?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

**14. ¿Qué tipo de actividades utiliza para incentivar a los infantes a que no consuman comida chatarra?**

-Cuentos ( )

-Videos ( )

-Experimentos ( )

-Títeres ( )

-Ninguna ( )

**15. ¿Qué tiempo a la semana dedica a la educación para la nutrición infantil?**

Menos de una hora ( )

1-2 horas ( )

2-4 horas ( )

5-6 horas ( )

Más de 6 horas ( )

**16. ¿Considera que la educación que se provee en el centro infantil ha contribuido para desarrollar la destreza de realizar acciones para alimentarse con autonomía en los niños y niñas de 1 a 3 años?**

-Casi siempre ( )

-Con frecuencia ( )

-A veces ( )

-Casi nunca ( )

-Nunca ( )

Gracias por su colaboración

## ANEXO 5: MODELO ENCUESTA PADRES DE FAMILIA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

CARRERA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INICIAL

**Encuesta a los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Luis Fernando Ruiz”**

**Objetivo:** Establecer las limitaciones nutricionales que presentan los infantes en el entorno familiar

**1. En una escala de 1 a 4: ¿Qué importancia tiene la nutrición infantil?** Siendo 4; muy importante, 3; relativamente importante, 2; poco importante, 1 sin importancia.

1 ( 0 )                      2 ( 0 )                      3 ( 25 )                      4 ( 56 )

**2. ¿Ha recibido orientación por parte del centro infantil sobre la nutrición de los niños/as?**

Siempre ( 11 )

Con frecuencia ( 20 )

A veces ( 29 )

Rara vez ( 13 )

Nunca ( 8 )

**3. ¿El niño/a presenta peso bajo en relación a su edad y talla?**

Siempre ( 1 )

Con frecuencia ( 22 )

A veces ( 15 )

Rara vez ( 35 )

Nunca ( 8 )

**4. En una escala de 1 a 4: ¿Qué nivel de conocimiento tiene usted sobre las necesidades nutricionales de los niños de 1 a 3 años? Siendo 4; Muy alto, 3; Alto, 2; Mejorable, 1 Bajo**

**1 ( 22 )**

**2 ( 23 )**

**3 ( 36 )**

**4 ( 0 )**

**5. Indique la frecuencia en la que el niño recibe cada uno de los siguientes alimentos en casa:**

Alimento	Frecuencia			
	A diario	2 veces por semana	Semanal	Cada 15 días
Hidratos de carbono (pan, arroz, papas, harinas)	62	19	0	0
Frutas	46	23	12	
Verduras	35	25	21	
Leche, queso, mantequilla	66	15	0	0
Carnes rojas (Res, cerdo, borrego)	41	40	0	0
Carnes blancas (pollo, pavo)	59	22		
Pescado	0	36	30	15
Huevos	81	0	0	0

**6. ¿Con qué frecuencia se consumen en el hogar comida chatarra? (Pizza, papas fritas, hamburguesas, hot dog, snacks y bebidas azucaradas)**

Con mucha frecuencia ( 32 )

Con relativa frecuencia ( 26 )

Con poco frecuencia ( 18 )

Nunca ( 5 )

**7. ¿En casa, con qué frecuencia realiza actividades físicas con su hijo?**

Con mucha frecuencia ( 21 )

Con relativa frecuencia ( 24 )

Con poco frecuencia ( 19 )

Nunca ( 17 )

**Gracias por su colaboración**