



Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil
FACULTAD DE EDUCACIÓN
CARRERA DE PÁRVULOS

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA
EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

TEMA:

LA NUTRICIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO
EN LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“SAN FRANCISCO DE ASÍS” DEL AÑO LECTIVO
2017 - 2018 DE LA CIUDAD DE
GUAYAQUIL

TUTORA:

MSC. JAZMÍN MORÁN MAZZINI

AUTORAS:

KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ
CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL

Guayaquil, 2018

REPOSITARIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA	
FICHA DE REGISTRO DE TESIS	
TITULO Y SUBTITULO: LA NUTRICIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO EN LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAN FRANCISCO DE ASÍS" DEL AÑO LECTIVO 2017 - 2018 DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL	
AUTORES: KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL	REVISORES:
INSTITUCIÓN: UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL	FACULTAD: EDUCACIÓN
CARRERA: EDUCADORAS DE PÁRVULOS	
FECHA DE PUBLICACIÓN:	N. DE PAGS: 120
ÁREAS TEMÁTICAS: FORMACIÓN DEL PERSONAL DOCENTE Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN	
PALABRAS CLAVE: NUTRICIÓN, DESARROLLO FÍSICO, CRECIMIENTO.	
RESUMEN: El presente proyecto educativo tiene como objetivo analizar la importancia de La Nutrición y su Influencia en el Desarrollo Físico en los Niños de Inicial II de la Unidad Educativa "San Francisco de Asís" del Año Lectivo 2017 - 2018 de la ciudad de Guayaquil. La existencia de una nutrición apropiada deber darse no solo dentro del aula de clases sino que ésta se inicia en casa; esto aportará para el aprendizaje y el crecimiento óptimo de los estudiantes. Una dieta adecuada en los primeros años de vida de los infantes, marcará el metabolismo del niño, con lo cual existe la probabilidad de aumentar o disminuir posibles enfermedades durante el crecimiento de la persona, de ahí la necesidad de orientar a los padres en el tema de la nutrición durante la etapa inicial de los pequeños y agregar la ayuda de los docentes en este proceso. El proyecto se basó en métodos de investigación, como el deductivo que ayudó a describir los procesos dados en torno a la nutrición y sus efectos en el crecimiento de los niños, para ello fue necesario la realización de entrevistas a directivos, docentes y padres de familias en la institución ya mencionada, lo cual permitió verificar la inminente necesidad de diseñar un manual nutricional para los padres en beneficio de una nutrición adecuada que permita el desarrollo físico de los niños en el nivel Inicial II, a través de talleres nutricionales que contribuyan con información oportuna y fomenten una dieta balanceada en la rutina diaria.	
N. DE REGISTRO (en base de datos):	N. D47E CLASIFICACIÓN:
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):	
ADJUNTO URL (tesis en la web):	
ADJUNTO PDF:	SI <input checked="" type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>
CONTACTO CON AUTORES/ES:	Teléfono: E-mail:
KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ	0980922941 katheryn1990@outlook.es
CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL	0979301910 cristina.vasquez.villarreal@hotmail.com
CONTACTO EN LA INSTITUCIÓN:	MSc. Georgina Hinojosa Dazza, DECANA Teléfono: XXXXXXXX EXT. XXX DECANATO E-mail: gchinojosad@ulvr.edu.ec Msc María Fernanda Chiriboga Teléfono: 2596500 EXT. XXX Correo electrónico mchiribogap@ulvr.edu.ec

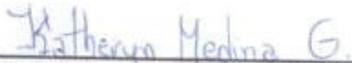
DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS PATRIMONIALES

Las estudiantes egresadas Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal, declaramos bajo juramento, que la autoría del presente trabajo de investigación, corresponde totalmente a las suscritas y nos responsabilizamos con los criterios y opiniones científicas que en el mismo se declaran, como producto de la investigación realizada.

De la misma forma, cedemos nuestros derechos patrimoniales y de titularidad a la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil, según lo establece la normativa vigente.

Este proyecto se ha ejecutado con el propósito de estudiar: La nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial ii de la unidad educativa “San Francisco de Asís” del año lectivo 2017 - 2018 de la ciudad de Guayaquil.

Autoras:


Katheryn Dennis Medina González
C.I. 092792354-0


Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal
C.I. 095040348-5

CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de tutor del proyecto de investigación, LA NUTRICIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO EN LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO DE ASÍS” DEL AÑO LECTIVO 2017 - 2018 DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL, nombrado por el consejo directivo de la Facultad de Educación de la Carrera de Ciencias de la Educación; Mención Parvularia.

Certifico

Yo, Msc. Jazmín Morán Mazzini, certifico que el proyecto de investigación con el tema: LA NUTRICIÓN Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO FÍSICO EN LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO DE ASÍS” DEL AÑO LECTIVO 2017 - 2018 DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL. Ha sido elaborado por las señoritas Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal, bajo mi tutoría

Y que el mismo reúne los requisitos para ser defendido por el tribunal examinador, que se designe al efecto.

TUTOR



MSc. Jazmín Morán Mazzini
C.C. 0916688906

CERTIFICADO DE ANTIPLAGIO



Urkund Analysis Result

Analysed Document: PROYECTO CRISTI Y KATY 26 junio.docx (D40415650)
Submitted: 6/27/2018 7:13:00 PM
Submitted By: amoranm@ulvr.edu.ec
Significance: 4 %

Sources included in the report:

PROYECTO CRISTI Y KATY URJUND.docx (D40356920)
PROYECTO LORENA LÓPEZ FIGUEROA.docx (D14426038)
Proyecto terminado al fin mariela y mayra.docx (D14300041)
Proyecto Educativo, Susan Sánchez y Vanessa García.docx (D12633155)
http://www.createst.com/hacertests-61763-Cuestionario_de_Nutricion_.php
<http://www.fao.org/infoods/infoods/estructura-y-funciones/es/>
<https://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-images-happy-children-dancing-illustration-featuring-three-kids-isolated-white-background-eps-file-available-you-can-find-many-image31322009>
<http://www.efesalud.com/la-nutricion-en-la-edad-escolar/>
http://extensiononline.tamu.edu/online_course_material/Course236/file/learningenvironmentspanish.pdf
<http://familiarnutricion.blogcindario.com/2010/01/00001-la-buena-nutricion-en-la-familia.html>
[https://www.news-medical.net/health/What-is-anemia-\(Spanish\).aspx](https://www.news-medical.net/health/What-is-anemia-(Spanish).aspx)
<https://eldietista.es/blog/curso-nutricion-dietetica/absorcion-de-nutrientes>

Instances where selected sources appear:

34



MSc. Jazmín Morán Mazzini
C.C. 0916688906

AGRADECIMIENTO

Agradezco a DIOS por brindarme las fuerzas necesarias para cumplir mi objetivo, a mis docentes por llenarme de conocimientos y brindarme su ayuda en todo momento, a mis amigos y compañeros con quienes he compartido estos años de estudios.

A mi Madre porque a pesar de la distancia siempre estuvo conmigo y con el sacrificio de estar en otro país pudo darme mis estudios, gracias por darme su amor incondicional por estar en los buenos y malos momentos.

A mis Abuelos quienes me dieron la crianza, quienes inculcaron valores a lo largo de todos estos años, gracias por ser como mis padres y por estar en mis triunfos y derrotas. A mis Hermanos por brindarme momentos de alegría a cada instante. A Francisco Palma por estar en los momentos buenos y malos, por brindarme su amor sin condiciones he impulsarme cada día para ser mejor.

A mi amiga y compañera Cristina por su amistad sincera en todos estos años que nos tocó estar en las aulas de esta distinguida institución, por haberme elegido como su compañera de tesis para cumplir nuestra meta. A mi tutora Msc. Jazmín por la ayuda brindada en todo momento para la elaboración de la tesis. A mi pequeña hija Naomi por ser mi motor fundamental para salir adelante, por darme su amor y llenar mis días de alegría.

Katheryn Dennis Medina González

Mi agradecimiento es dirigido a Dios porque es quien me ha forjado por el camino correcto, ayudándome a aprender de mis errores para no volver a cometerlos nuevamente. Es el único que siempre guiará mi destino.

Mi agradecimiento a mi tutora Msc. Jazmín Morán porque siempre nos ha apoyado, motivado y guiado de manera correcta en el transcurso de la realización de la tesis.

También agradezco a mi amiga, compañera Katheryn Medina por permitirme realizar de manera mutua nuestro proyecto de tesis y graduarnos juntas.

Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

DEDICATORIA

Dedico la tesis a DIOS por permitirme cumplir el objetivo de llegar a graduarme de lo que más he anhelado en la vida que es de Licenciada de Párvulos, a mi Madre Patricia González por haberme ayudado siempre ya que sin su apoyo no hubiese llegado hasta aquí; a mi familia por su amor incondicional, a Francisco Palma quien ha estado en todo momento, a mi mejor amiga, compañera con quien me esforzado para cumplir nuestras metas y en especial a mi hermosa hija Naomi Briones quien es mi inspiración y principal motivo para graduarme y ser una profesional de la cual se sienta orgullosa.

Katheryn Dennis Medina González

Mi tesis la dedico con todo mi amor y cariño a mis Padres por sus sacrificios y esfuerzos, por brindarme el estudio y permitirme crecer como profesional, aunque hemos pasados momentos difíciles han estado siempre brindándome su apoyo incondicional.

A mi amado hijo Francisco David por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más.

A mí amado compañero incondicional esposo David por apoyarme siempre, motivándome para que estudie constantemente y no decaer en mis estudios... Gracias a todos.

Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

ÍNDICE GENERAL

Portada	i
Repositorio Nacional en Ciencias y Tecnología	ii
Declaración de Autoría Y Cesión De Derechos Patrimoniales	iii
Certificación De Aceptación Del Tutor	iv
Certificado De Antiplagio	v
Agradecimiento	vi
Dedicatoria	vii
Índice General	viii
Introducción	1
CAPÍTULO I DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	3
Presentación del Estudio	3
Formulación del Problema	5
Sistematización del Problema	5
Objetivos de Investigación	6
Objetivo General	6
Objetivo Específicos	6
Justificación de la Investigación	7
Delimitación o Alcance de la Investigación	8
Planteamiento Hipotético	8
Identificación de las Variables	8
Operacionalización De Las Variables	9
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	10
Antecedentes de la investigación	10
Marco teórico referencial	10
1. La nutrición	10
1.1. Conceptos básicos de nutrición	10
1.1.1. Alimentación	12
1.1.2. Dieta	12
1.1.3. Nutrimientos	13
1.2. Clasificación de los nutrimentos	13
1.2.1. Los macronutrientes	13
1.2.2. Los micronutrientes	14

1.3. Ámbitos de la nutrición	14
1.3.1. La nutrición en el entorno preescolar	15
1.3.2. La nutrición en el hogar	15
1.4. Importancia de la nutrición	16
1.4.1. Beneficios de una buena nutrición	17
1.4.2. Principios básicos de la nutrición	17
1.4.3. La nutrición y la salud	18
1.5. Procesos de la nutrición	19
1.5.1. Ingestión	19
1.5.2. Digestión	20
1.5.3. Absorción	20
1.5.4. Defecación	21
1.6. Trastornos en relación a la nutrición	22
1.6.1. Anemia	22
1.6.2. Obesidad	23
1.6.3. Desnutrición	24
2. Desarrollo físico	25
2.1. Crecimiento	25
2.1.1. Desarrollo cerebral	26
2.1.2. Desarrollo óseo	27
2.1.3. Desarrollo muscular	27
2.2. Cambios corporales	28
2.2.1. Peso	29
2.2.2. Talla	29
2.3. Importancia del desarrollo físico	30
2.3.1. El desarrollo físico en la etapa infantil	30
2.3.2. El desarrollo físico y la salud	31
2.3.3. El desarrollo físico y una correcta alimentación	32
2.3.4. El desarrollo físico y su entorno	32
MARCO LEGAL	33
MARCO CONCEPTUAL	35
CAPÍTULO III METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	38
Enfoque de la investigación	38

Fundamentación del tipo de investigación	38
La investigación de campo	38
Investigación descriptiva	38
Métodos de investigación	39
Método inductivo	39
Método deductivo	39
Técnicas e instrumentos de investigación	39
Encuesta	39
Entrevista	39
Datos de población y muestra	39
Población	39
Muestra	40
Fuentes, recursos y cronograma	40
Procesamientos, presentación y análisis de los resultados	42
Entrevista a Directora de la Unidad Educativa	66
Conclusiones preliminares	67
CAPÍTULO IV LA PROPUESTA	68
Título de la propuesta	68
Justificación de la propuesta	68
Objetivo general de la propuesta	68
Objetivos específicos de la propuesta	68
Listado de los contenidos y esquema de la propuesta	69
Desarrollo de la propuesta	70
Validación de la propuesta	91
Impacto / beneficio / resultados	94
Impacto	94
Beneficio	94
Resultado	94
Conclusiones y recomendaciones	95
Conclusiones	95
Recomendaciones:	96
Referencias bibliográficas	97

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Hábitos nutricionales	42
Tabla 2. Trastorno de nutrición	43
Tabla 3. Tipos de alimentos	44
Tabla 4. Mala nutrición	45
Tabla 5. Escaso rendimiento escolar	46
Tabla 6. Desarrollo físico acorde a su edad	47
Tabla 7. Ejercicios corporales	48
Tabla 8. Insuficiente desarrollo físico	49
Tabla 9. Promover un desarrollo físico adecuado	50
Tabla 10. Talleres de nutrición	51
Tabla 11. Talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico	52
Tabla 12. Orientación sobre la nutrición	53
Tabla 13. Efectos de una mala nutrición	54
Tabla 14. Buena nutrición	55
Tabla 15. Buena nutrición alimenticia	56
Tabla 16. Bajo rendimiento escolar	57
Tabla 17. La nutrición aporta para el desarrollo físico	58
Tabla 18. Desarrollo físico	59
Tabla 19. Capacitación	60
Tabla 20. Actividades recreativas	61
Tabla 21. Participación en talleres	62

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Hábitos nutricionales	42
Gráfico 2. Trastorno de nutrición	43
Gráfico 3. Tipos de alimentos	44
Gráfico 4. Mala nutrición	45
Gráfico 5. Escaso rendimiento escolar	46
Gráfico 6. Desarrollo físico acorde a su edad	47
Gráfico 7. Ejercicios corporales	48
Gráfico 8. Insuficiente desarrollo físico	49
Gráfico 9. Promover un desarrollo físico adecuado	50
Gráfico 10. Talleres de nutrición	51
Gráfico 11. Talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico	52
Gráfico 12. Orientación sobre la nutrición	53
Gráfico 13. Efectos de una mala nutrición	54
Gráfico 14. Buena nutrición	55
Gráfico 15. Buena nutrición alimenticia	56
Gráfico 16. Bajo rendimiento escolar	57
Gráfico 17. La nutrición aporta para el desarrollo físico	58
Gráfico 18. Desarrollo físico	59
Gráfico 19. Capacitación	60
Gráfico 20. Actividades recreativas	61
Gráfico 21. Participación en talleres	62

INDICE DE ANEXOS

Anexo N°. 1: Evidencias fotográfica	101
Anexo N°. 2: Instrumentos de investigación	103

INTRODUCCIÓN

Es imprescindible destacar que en la etapa de escolaridad de los infantes usualmente tienen preferencias y tendencias por el consumo de alimentos poco saludables, debido a su fácil adquisición son parte frecuente de las loncheras de los estudiantes. Por tales circunstancias ciertas instituciones educativas poseen un sitio específico dentro de la escuela en donde se expenden productos saludables, también se brinda capacitación a los docentes en relación al tema alimenticio nutricional además de un correcto desarrollo físico de los estudiantes.

En el Plan Nacional del Buen Vivir, en las Políticas y lineamientos estratégicos, en el numeral 3.6. Manifiesta: El promover entre la población y en la sociedad hábitos de alimentación nutritiva y saludable que permitan gozar de un nivel de desarrollo físico, emocional e intelectual acorde con su edad y condiciones físicas. Literal i.- Impulsar programas de alimentación escolar en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato, con prioridad en el nivel inicial, de acuerdo a los requerimientos nutricionales de la edad y a la jornada de estudio, con eficiencia económica y pertinencia geográfica y cultural.

Los infantes deben de recibir una nutrición balanceada para un correcto desarrollo tanto físico como intelectual, en especial en los primeros años de vida, es importante que los padres de familias adopten hábitos nutricionales los cuales aporten al buen crecimiento de los estudiantes y fortalezcan el desarrollo físico. Es sumamente lamentable que algunos padres de familias no tengan la suficiente información acerca de cuán importante es la nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños, y al mantener una escasa nutrición se convierte en la causa de problemas como la obesidad y la desnutrición infantil; lo que afecta de manera directa al desarrollo de los estudiantes. Por razones ya mencionadas es fundamental que los padres de familias y personal docente fomenten una buena nutrición para los estudiantes y mantengan un control alimenticio y dieta balanceada, además de tener cuidado con los productos no saludables llamados chatarras que consumen los niños.

Como propuesta de cambio frente a la problemática de la mala nutrición se ha diseñado la ejecución de actividades y talleres los cuales tienen como objetivo principal dar a conocer los beneficios nutricionales de los alimentos que conforman la mesa diaria, sobre todo lo que consumen los infantes en edades escolares, los talleres incluyen procesos y rutina diaria, motivando así buenos hábitos nutricionales.

Dentro de la estructura del presente proyecto educativo consta con la descripción de los siguientes capítulos:

En el primer capítulo, se demuestra el diseño de la investigación, la cual está determinada por la presentación del estudio y la formulación del problema, La sistematización del problema sintetiza interrogantes que están relacionadas al tema, se ha determinado además los Objetivos de la Investigación, con la debida Justificación y Delimitación del problema, la idea a defender junto con las variables.

En el segundo capítulo se puntualiza el marco teórico, los Antecedentes de la Investigación, Marco Teórico referencial, Marco legal, Marco conceptual, los mismos que están relacionados al tema que es la nutrición y el desarrollo físico.

En el tercer capítulo se lo ha destinado para la metodología de la investigación, aquí se demuestra la Fundamentación, Métodos, técnicas e Instrumentos de la investigación, así como también los datos de Población y Muestra, Fuentes, Recursos y Cronograma, Procesamiento, Presentación y Análisis de los Resultados y las Conclusiones preliminares.

En el cuarto y último capítulo está la propuesta, con la Justificación de la misma, el Objetivo que persigue y los Objetivos específicos, el Listado de los contenidos y Esquema de la propuesta, las Validaciones de la propuesta, su Impacto, Beneficio, Resultado, además constan las Conclusiones y recomendación, la Bibliografía y Anexos.

CAPÍTULO I

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

PRESENTACIÓN DEL ESTUDIO

En la actualidad, se observa que existen muchos niños que no cuentan con un adecuado desarrollo físico, producto de la mala nutrición.

Tal como lo menciona Hurtado (2008)

La salud y la nutrición de los niños y niñas es muy importante para la realización óptima de sus actividades y desenvolvimiento, la falta de hábitos adecuados que promueve su salud y nutrición conduce a un consumo inadecuado de alimentos y prácticas insanas que son causa básica de enfermedades y hasta de muerte prematura. (p 13).

La nutrición en los niños y niñas ha sido siempre un tema primordial que se intenta fortalecer para bajar los altos índices de desnutrición, obesidad y enfermedades.

Una nutrición apropiada en la jornada escolar aportará al aprendizaje y crecimiento óptimo de los niños, ya que la dieta de los primeros años de vida marcará el metabolismo del niño, y aumentará o disminuirá las posibilidades de padecer ciertas enfermedades. (Rizzo Tania, 2016, p.5)

Los niños que se encuentran mal alimentados presentan dificultades en su escolaridad como: poca atención en clase, son propensos a enfermarse frecuentemente, tienen baja actividad física y bajo rendimiento escolar. Los estudios demuestran que existen varias causas para una mala nutrición, en algunos casos se debe al desconocimiento por parte de los padres de familia que incurren en proveer alimentos chatarra. Otra causa que origina la mala

alimentación es la pobreza o los pocos recursos económicos que impiden que los niños tengan acceso a una buena nutrición. El poco interés de los padres al momento de prepararle los alimentos, también es señalado como un motivo por el cual los niños no son bien alimentados, ya que los padres no proporcionan un desayuno adecuado, ni envían alimentos saludables en los refrigerios. Además, en la actualidad los niños y niñas ya no quedan al cuidado de sus padres, sino de terceras personas, quienes no se responsabilizan de forma apropiada de la nutrición.

Los niños desarrollan áreas importantes como lo cognitivo, físico, emocional, social y el lenguaje en sus primeros años. Cada niño y niña adquiere nuevas habilidades, producto de los conocimientos que asimila de sus experiencias, ya que los niños son como un esponja que absorben siempre todo lo que ellos observan o escuchan, por ese motivo se debe fomentar una buena alimentación para que su desarrollo físico sea el adecuado. Dentro de la dimensión física se incluye las habilidades motoras finas (pellizcar, escribir, agarrar, etc.) y las habilidades motoras gruesas (caminar, correr, lanzar una pelota, etc.).

Mantener siempre una nutrición saludable es muy importante porque todo niño que se nutre de manera correcta puede:

- Desarrollarse plenamente
- Vivir con salud
- Aprender mejor
- Protegerse de enfermedades

Actualmente se observan cambios en la alimentación de los infantes en los países sudamericanos entre ellos Ecuador, en donde existe un crecimiento alto en el consumo de grasas y comida saturadas. Por tal motivo, la presente investigación parte de la observación y de la experiencia del docente que ha permitido detectar en el salón de clase un bajo peso y talla en los niños de Educación Inicial II de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís”, producto del consumo de comida charra y saturada, lo que afecta su desarrollo físico.

El problema se origina desde el hogar, porque los padres carecen de los conocimientos necesarios sobre lo que realmente es la alimentación y lo que efectos que se producen a corto o largo plazo por una pésima nutrición. Conservar una alimentación adecuada ayudará a los niños a gozar de un desarrollo físico apropiado de acuerdo a su edad, lo cual les permitirá un buen dominio de su cuerpo al momento que realicen ejercicios físicos.

Con la ayuda de los docentes, autoridades de la Institución Educativa y padres de familia se buscará la oportunidad de orientar a los representantes sobre cómo deben llevar una correcta alimentación de sus pequeños a través de un manual basados en talleres que proporcionen información sobre lo que es la nutrición, su importancia y las consecuencias que genera en los niños la ingesta de comida chatarra.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

El problema se establece de la siguiente manera:

¿Cómo influye la nutrición en el desarrollo físico de los niños y niñas en Educación Inicial II de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís”?

SISTEMATIZACIÓN DEL PROBLEMA

En la sistematización del problema se realiza una serie de interrogantes en el cual nos permite analizar, visualizar las causas, los efectos de donde proviene el problema y su posible tendencia de desarrollo. Las interrogantes que se formulan son una posible guía de ayuda mediante sus respuestas podemos enfocar una solución hacia la carencia de conocimientos acerca de la nutrición y su influencia en el aspecto físico de los niños de 4 años de la unidad educativa donde se desarrolla la investigación.

- ¿Cuáles son las consecuencias de los malos hábitos alimenticios en los niños y niñas?
- ¿Conocen los beneficios que brinda la alimentación?
- ¿Cuáles son las causas y efecto que genera una mala alimentación?

- ¿La familia es consiente sobre los alimentos que llevan sus hijos al jardín?
- ¿Qué decisiones toma las autoridades del plantel para fomentar a los padres acerca de la importancia de la nutrición?
- ¿Cómo estimulan de forma lúdica los educadores el interés de los niños para que consuman alimentos nutritivos?
- ¿Se realiza una observación médica en los niños y niñas para verificar su talla y peso acorde a su edad?
- ¿Cómo afianzar los conocimientos básicos para la aplicación de una alimentación nutritiva y adecuada de sus hijos?
- ¿Se realizan capacitaciones a los padres aprendan y combinen alimentos para obtener un nutrición completa y variada?
- ¿Se realiza un manual nutricional donde abarca las porciones y variedades de alimentos para el consumo de los niños y niñas de la institución?

OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

OBJETIVO GENERAL

- Analizar la influencia de la nutrición en el desarrollo físico en los niños de 4 años de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís”.

OBJETIVO ESPECÍFICOS

- Determinar los referentes teóricos sobre la nutrición y el desarrollo físico de los niños de 4 años.
- Diagnosticar las consecuencias que genera los malos hábitos alimenticios en los niños de 4 años, lo cual afecta en su desarrollo físico.
- Especificar los beneficios que nos brinda la nutrición para los niños de 4 años.
- Diseñar un manual nutricional con las porciones adecuadas de acuerdo al peso y talla de cada niño en Educación Inicial II.

JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El proyecto busca fomentar en los padres, docentes, autoridades del plantel y en los niños/as de 4 años la importancia de recibir una nutrición adecuada para obtener un apropiado desarrollo físico.

En la actualidad, la nutrición es un tema sustancial debido a que a nivel mundial el estado nutricional de los infantes se ha deteriorado, por eso lo primordial incentivar a los niños a tener una alimentación saludable, fomentar el deporte y el juego para que mantengan un desarrollo físico acorde a su edad talla y peso. Alcanzar una nutrición rica en nutrientes para los niños favorecerá en su crecimiento y desarrollo integral. Los padres de familia son los primeros educadores en inculcar hábitos alimenticios adecuados, por lo tanto, se debe orientarlos para que no incurran en desórdenes nutricionales.

La investigación propone la creación de un manual nutricional para que los padres de familia tomen conciencia, conozcan sobre la importancia de la nutrición, los beneficios que brinda, la porción correcta que se deben consumir los niños e incluso que puedan variar el menú de los alimentos. Buscar la cooperación del médico de la institución será una ayuda para que brindar información sobre el tema de la adecuada nutrición y poder eliminar el elevado porcentaje de bajo peso y talla en los estudiantes. Con ayuda de este proyecto se beneficiará a los niños y niñas de inicial 2 de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís” para una buena nutrición y desarrollo físico.

El presente trabajo aporta a la línea de investigación inclusión socioeducativa, atención a la diversidad y a la sublínea: Desarrollo de la infancia, adolescencia y juventud, porque la tesis aporta con conocimientos en el área del desarrollo de los niños y cómo la nutrición juega un papel relevante en el crecimiento físico en los primeros años.

DELIMITACIÓN O ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN

Unidad responsable: Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil.

Personas responsables: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal.

Campo: Educación.

Área: Educación Inicial.

Población: Niños de 4 – 5 años de la Unidad Educativa San Francisco de Asís

Periodo de ejecución: Periodo lectivo 2017 - 2018

PLANTEAMIENTO HIPOTÉTICO

IDEA A DEFENDER

Una nutrición sana influye en el desarrollo físico de los niños y niñas, de cuatro años de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís” de la ciudad de Guayaquil.

IDENTIFICACIÓN DE LAS VARIABLES

Para el desarrollo del presente trabajo investigativo, se han determinado las siguientes variables:

- Variable Independiente: La nutrición
- Variable Dependiente: El desarrollo físico de los niños y niñas de 4 años.

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variables	Conceptualización	Dimensiones	Indicadores
La nutrición	Básicamente es el aprovechamiento que efectúa el cuerpo humano de sustancias de tipo nutritiva, renovando y conservando la estructura propia del organismo para obtener energía suficiente.	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentación • Dieta • Clasificación de los nutrimentos • Ámbitos • Nutrición en el entorno preescolar. • Nutrición en el hogar. • Trastornos en relación a la nutrición 	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentos que ingieren los niños • Anemia • Obesidad • Desnutrición
Desarrollo físico	Son todos aquellos cambios que experimenta el ser humano, los cuales varían en relación a la edad que posea el individuo.	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios corporales • Importancia del desarrollo físico 	<ul style="list-style-type: none"> • Peso • Talla • Desarrollo físico en la etapa infantil

Elaborado por: Medina González Katheryn Dennis – Vasquez Villarreal Cristina Elizabeth

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

(Lozano, 2015) En la primera investigación, cuyo tema es Proyecto Educativo para potenciar la Alimentación sana en alumnos de Educación Infantil, dicho proyecto tiene como principal objetivo mejorar la salud de los alumnos de segundo ciclo de Educación Infantil a través de una alimentación sana. Para ello, se realizó un estudio teórico de la situación actual de la alimentación infantil y de las características con las que debe contar una dieta sana, variada y equilibrada. (p.3)

En efecto la investigación, considera como objetivo central el mejorar la salud pero se resalta que se deben plantear soluciones al respecto del tema. (Pérez, 2015) En ésta investigación la autora indica que una buena alimentación es necesaria en la vida de los infantes, esto permitirá tener un mejor desarrollo integral, y aclara que con una mala alimentación los infantes no pueden tener un buen estado físico, ni un buen desarrollo de habilidades y destrezas y por lo tanto más tarde se afectará su desenvolvimiento escolar. (p.4)

Según lo exhiben las investigaciones realizadas en relación tema de nutrición, todos coinciden en mejorar la salud y nutrición de la población infantil, otros plantean como apoyo el enseñar una correcta alimentación, para propiciar el desarrollo físico de los infantes.

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1. La Nutrición

1.1. Conceptos básicos de nutrición

La alimentación del ser humano empieza desde el primer instante que el ser humano nace, pero es importante resaltar que no es lo mismo comer, que alimentarse de forma sana y nutritiva, la nutrición consiste en aprovechar cada

sustancia saludable que ingerimos al organismo, el mismo que facilitará energía y vigor al cuerpo.

Según la Organización Mundial de la Salud (O.M.S., 2015), afirma que:

La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud... una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad. (p.5)

La O.M.S. indica que una buena alimentación básica en nutrientes y proteínas combinada con movimientos físicos proporciona al humano un buen estado de salud, evitando así algún tipo de enfermedad ya sea física o mental. Para conseguir una buena nutrición aceptable y saludable, el ser humano necesita poseer normas y hábitos de consumo de alimentos y procurar en lo posible mantener una dieta equilibrada al momento de elegir los comestibles.

Según (Mayordomo, 2012) afirma que:

La nutrición es el conjunto de procesos mediante los que se transforman los alimentos en nutrientes. Son los nutrientes, el oxígeno y el agua, los elementos necesarios para el mantenimiento de la vida de los seres aerobios, tanto unicelulares como pluricelulares. (p.5)

La nutrición, se efectúa por medio de un proceso, en el cual empieza por la transformación de los diferentes alimentos que los humanos consumen, éstos son en forma de nutrientes, los mismos que son aprovechados por el organismo de las personas, al mismo tiempo que van de la mano de manera directa con un buen ejercicio físico.

1.1.1. Alimentación

Mantener una buena alimentación por parte de las personas, es fundamental para tener un óptimo funcionamiento de todo el organismo. Es lamentable que en la actualidad en países desarrollados y en vías de desarrollo, es muy fácil adquirir infinidad de hábitos nutricionales que son hasta cierto punto perjudiciales para la salud. Los grandes centros de abastos como los Marquet su supermercados, que por lo general están llenos de productos, los cuales se los podríamos considerar la llamada “comida basura”, en esta categoría están las carnes procesadas, refrescos azucarados, colas y jugos con abundantes colorantes y saborizantes, alimentos precocinados, en fin la lista es interminable.

Según Maslow citado por (Llop, 2011), menciona su punto de vista en relación a la alimentación: “La alimentación se está convirtiendo en una herramienta para prevenir enfermedades y encontrar bienestar y calidad de vida en el futuro, más que en un medio para cubrir las necesidades inmediatas de nutrición” (p.3). Maslow en su pirámide considera que la alimentación está en la cúspide del ser humano y van de la mano con la necesidad de descansar, de respirar además de lograr un adecuado equilibrio del cuerpo y el propio organismo.

1.1.2. Dieta

La dieta, es básicamente la cantidad de alimentos que el organismo necesita de forma equilibrada y controlada, la cual se la realiza dentro de las 24 horas del día en diferentes horarios, además la dieta proporciona los nutrientes necesarios al cuerpo, sobre todo a los más pequeños que necesitan un desarrollo físico y mental lo más adecuado que se pueda . (Pereira, 2008), afirma que: “Sabemos que seguir una dieta sana rica en frutas y vegetales está asociado a un menor riesgo de enfermedades crónicas. (p.5). Es imprescindible que el ser humano que por lo menos ingiera un vaso diario de jugo natural, esto sería de utilidad para las personas con sobrepeso. Una de las razones principales puede ser que el jugo vegetal también ayuda a disminuir el apetito, al tiempo que también da mayor sensación de saciedad.

1.1.3. Nutrimientos

Para un buen desempeño tanto físico como mental, es imprescindible que el cuerpo del ser humano y en especial de los infantes tenga una buena nutrición, para ello el organismo necesita de los nutrientes suficientes para un buen desarrollo, cabe resaltar que los nutrientes son sustancias de tipos químicas y son muy fundamentales en la alimentación diaria, para proporcionando así al ser humano suficiente energía para la realización de todas las actividades cotidianas. Para (Velasco, 2015), afirma: “Los nutrientes son unas sustancias contenidas en los alimentos que contribuyen al crecimiento y funcionamiento del cuerpo humano”. (p.6). En efecto la autora manifiesta que el cuerpo necesita de sustancias nutritivas para un correcto funcionamiento, claro está que los nutrientes según su valor proteínico, este tiene diversas funcionabilidades en el cuerpo.

1.2. Clasificación de los nutrimentos

En cuanto a la clasificación de los nutrientes, éstos se clasifican según la función que tengan además de por la cantidad y contenido, los cuales se encuentran clasificados en macronutrientes y micronutrientes

1.2.1. Los Macronutrientes

En esta primera clasificación se encuentran todos aquellos alimentos los cuales se consumen en grandes proporciones o cantidades, los mismos que aportan energía al cuerpo humano. (La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2015), afirma que:

El organismo necesita una mayor cantidad de macronutrientes (gramos) que de micronutrientes para funcionar correctamente. Generalmente, en esta categoría se incluyen el agua, los carbohidratos, las grasas y las proteínas. Los macronutrientes (excepto el agua) también pueden ser llamados nutrientes proveedores de energía. (p.1)

El correcto funcionamiento del cuerpo humano necesita los nutrientes necesarios para que las personas se desenvuelvan con total normalidad ya que los mismos facilitan al cuerpo humano energía, vigor y vitalidad para desenvolverse con total libertad, así como también el agua es indispensable para que el cuerpo este fresco y se sienta activo para ejercer sus diferentes actividades diarias.

1.2.2. Los Micronutrientes

En efecto los macronutrientes son lo contrario a la primera clasificación, además son todos aquellos nutrientes que son consumidos en proporciones pequeñas, y realmente aportan poco y nada de energía al cuerpo. (La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2015), afirma que:

Los micronutrientes incluyen los minerales y las vitaminas. A diferencia de los macronutrientes, el organismo los requiere en cantidades muy pequeñas. Estos son extremadamente importantes para la actividad normal del cuerpo y su función principal es la de facilitar muchas reacciones químicas que ocurren en el cuerpo. Los micronutrientes no le proporcionan energía al cuerpo. (p.1)

En efecto el cuerpo humano necesita de minerales y vitaminas en gran cantidad para que su organismo se mantenga sano, pero con menor cantidad en relación a los carbohidratos o macronutrientes ya que estos son indispensables para el cuerpo, ya que le facilita y ayuda a desarrollar correctamente las funciones del organismo.

1.3. Ámbitos de la nutrición

El ser humano necesita una buena nutrición para lograr que el organismo funcione de manera óptima. La nutrición que se le da al cuerpo incide directamente provocando patologías de tipo cardiovasculares, de diabetes, obesidad y anemia. Siempre es de suma importancia una buena nutrición para el buen funcionamiento de todo el organismo. Cabe resaltar que los ámbitos donde se origina la nutrición se encuentran en el hogar y escuela.

1.3.1. La nutrición en el entorno preescolar

Es primordial la alimentación de los infantes en etapas de escolaridad, conservar en los niños una nutrición equilibrada servirá para un desarrollo adecuado, lo que servirá como prevención de posibles enfermedades de orígenes patológicos como la obesidad, por lo tanto la nutrición en los preescolares toma un papel protagónico dentro del hogar, la institución educativa además de la sociedad.

Según investigaciones de (Martínez, 2012) contextualiza su opinión en relación a la nutrición en el entorno preescolar de la siguiente manera:

La principal preocupación que nos mantiene unidos es la alimentación de nuestros niños, adolescentes y jóvenes, puesto que van a ser el futuro próximo que dirigirá la sociedad y para ello debería tener unas pautas alimentarias lo más correctas posibles. (p.23)

En efecto Martínez resalta la importancia de la alimentación no tan solo de los infantes, sino también de los adolescentes, debido a que éstos son considerados como el futuro de una sociedad en general. Según (Tovar, 2016) afirma que: “La edad escolar es un período crucial, de máximo desarrollo intelectual y físico. Se distingue por una importante maduración. Los niños adquieren en ella grados de autonomía en diferentes aspectos. Entre ellos por supuesto la alimentación” (p.1).

La escolaridad de los infantes es una de las etapas de mayor trascendencia dentro del normal desarrollo del ser humano y como tal es importante que los niños ingieran día tras día la cantidad adecuada de nutrientes para su óptimo crecimiento, para lograr un rendimiento académico exitoso.

1.3.2. La nutrición en el hogar

Una de las primeras gestiones y actividades que deben de cumplir los padres de familia dentro del seno del hogar, es sin lugar a duda el cuidado de una buena nutrición y salud física de toda la familia y en especial de los más pequeños de la casa que son los infantes.

Según (Vilaplana, 2005), en torno a la nutrición en el hogar:

Las recomendaciones dietéticas y la seguridad alimentaria deben ser tenidas en cuenta desde que se hace la selección de un determinado alimento, se adquiere, se decide llevarlo a casa, sufre un proceso más o menos largo de manipulación y se prepara culinariamente para ingerirlo.

En los hogares no se promueve comportamientos apropiados cuando se necesita de una buena alimentación, lo que ocasiona una pésima nutrición de todos los integrantes de la familia. Por ende, es importante que en los hogares los padres y en especial la mamá, que es quien en muchas ocasiones se encarga de las compras o adquisición de los víveres, se preocupe de conocer cuál es la dieta adecuada para los más pequeños. Es el ama de casa quien adquiere los alimentos para el hogar, es también quien selecciona y en lo posterior procede a la preparación de los mismos, lo que indica que es necesario conocer el valor nutricional que tienen los diversos alimentos para poder proporcionar a la familia una adecuada nutrición.

1.4. Importancia de la nutrición

Una buena alimentación es lo principal para el ser humano, logrando tener un óptimo funcionamiento del organismo. Hoy en día, en los países desarrollados, es muy común ver como se consume alimentos que son perjudiciales para el organismo, es decir que existe una mala alimentación. En los centros donde se expenden alimentos en general están llenos de productos que se pueden considerar como “comida chatarra”; carnes procesadas, productos llenos de conservantes, refrescos azucarados, platos precocinados... la lista podría ser interminable. Según (Garzón, 2017), pone de manifiesto su opinión en torno a la importancia de la nutrición: “El camino hacia un estilo de vida saludable se consigue a través de la nutrición adecuada. Un desequilibrio en la nutrición puede ser causa de la mala salud, la fatiga y un sistema inmune debilitado” (p.2)

En cuanto de nutrición se trata, el autor manifiesta que está directamente relacionada con los hábitos saludables que deben poseer las personas de ahí se

origina la importancia de la mantener una equilibrada salud y un bienestar saludable del cuerpo humano.

1.4.1. Beneficios de una buena nutrición

Una excelente nutrición, es considerada como un arma para la prevención de enfermedades cualesquiera que éstas sean, incluso aquellas enfermedades extremas, la nutrición es el instrumento válido y efectivo que tiene el ser humano para proteger la salud.

Según (Cancarrillo, 2013), manifiesta su opinión en relación a los beneficios de una buena nutrición:

Una buena nutrición es esencial para el cuerpo y todos sus sistemas funcionarán de manera óptima para toda la vida. De hecho, los beneficios de una buena nutrición se pueden encontrar en la salud física y mental debido a una dieta saludable proporciona la energía, promueve el buen dormir, y le da al cuerpo lo que necesita para mantenerse sano. (p.1)

En efecto, mantener una alimentación sana ayuda a prevenir diversos tipos de enfermedades los cuales pueden dañar el organismo, el sistema inmunológico y a su vez degeneran el cuerpo humano, pero si la persona está bien alimentada también estará protegida, sus defensas le brindarán al organismo la seguridad de no contraer enfermedades que lo acechen.

1.4.2. Principios básicos de la nutrición

El conocer los principios elementales para tener una buena nutrición, evitaría en los humanos un sinnúmero de percances y enfermedades que en muchas ocasiones son fáciles de prevenir, es decir, el tener conocimiento sobre nutrición nos ayuda a prevenir inconvenientes de tipos saludables. Según (Carbajal, 2013), afirma que: “La alimentación, los alimentos, la dieta, la nutrición, tienen un importante papel en el mantenimiento de la salud y en la prevención de muchas

enfermedades, incluso antes del nacimiento, aunque muchas veces no seamos conscientes de ello". (p.6)

Mantener una buena alimentación y nutrición no es de exclusividad para algún género, tipo de clase social o económica en especial, eminentemente conocer lo básico para mantener una buena nutrición debe empezar desde que el ser humano es muy pequeño, es decir desde el instante que nace, en su etapa escolar, continuando con la niñez, la adolescencia y la adultez, etc. saber la cantidad adecuada al momento de alimentarse, garantiza en las personas una salud estable en el transcurso de la vida.

1.4.3. La nutrición y la salud

En la actualidad la nutrición conforma un pilar fundamental en la nutrición de la familia, a pesar que hoy en día hay información por todos lados de cómo saber alimentarse correctamente, existe sobrepeso en la mayor parte de la población, esto se debe a que la gran parte de las personas consume indiscriminadamente la denominada comida chatarra, la misma que trae como consecuencia diversas enfermedades a causa de una mala alimentación.

Según (Escribano, 2015), manifiesta que:

El papel de la nutrición en la salud haciendo alusión a que desde que nacemos necesitamos para vivir tres cosas: oxígeno, agua y alimentación. Los alimentos son combustibles a través de los cuales obtenemos energías y compuestos que nos sirven para reparar el organismo. (p.45)

Es preponderante que las personas mantengan una correcta alimentación y que proporcionen a su cuerpo los nutrientes necesarios para que el cuerpo lo asimile y lo convierta en energía para realizar las diferentes actividades diarias o de tipo cotidiana.

1.5. Procesos de la nutrición

En los seres humanos, el proceso de nutrición se lo denomina así en el instante en que el organismo del cuerpo de las personas permite que cada sustancia ingerida producto de la alimentación, en lo posterior se convierta en nutriente y energía para el cuerpo. Según (García, 2014) manifiesta que: “La nutrición es el proceso por el cual todos los seres vivos obtienen la materia y energía que necesitan para formar sus propias estructuras y realizar sus funciones vitales”.

Consecuentemente la nutrición es básicamente el instante en que el organismo aprovecha cada sustancia que proviene del exterior, es decir los alimentos o nutrientes, conservar y renovar estructuras del organismo y poseer la energía suficiente y necesaria para efectuar la función vital, logrando así un equilibrio del organismo. La nutrición no es más que el proceso de tipo biológico donde el organismo asimila los alimentos además de los líquidos necesarios para un correcto funcionamiento, incluido el crecimiento de todas sus funciones vitales.

1.5.1. Ingestión

El aparato digestivo de los seres humanos debe de realizar una serie de actividades, las cuales se dan en diversas fases, todas ellas se encaminan a la adquisición, procesamiento e incorporación de las partículas alimenticias en el cuerpo, así como de la expulsión de todo aquello que no ha sido utilizado.

Consecuentemente, (Bello, 2014) manifiesta su opinión y dice que:

Es la introducción del alimento al aparato digestivo y se realiza a través de la boca. En este proceso actúan los labios, los dientes que cortan y trituran en fragmentos cada vez menores y la lengua, que con ayuda de la saliva permiten la fragmentación del alimento, para permitir el paso a través del esófago al estómago, donde se inicia el proceso de la digestión. (p.2).

En la cita antes mencionada el autor Bello contextualiza que el proceso digestivo comienza desde el primer instante en que los alimentos ingresan a la boca de cada persona, haciendo que cada uno de los músculos y organismos de la boca empiecen a trabajar, es decir que los dientes trituren los alimentos, la lengua junto a la saliva forme el bolo alimenticio y ellos sean enviándolos hacia el esófago y que terminen en el estómago para que desde ahí el cuerpo absorba los nutrientes.

1.5.2. Digestión

Uno de los procesos más trascendentales que realiza el organismo humano es la digestión la cual es básicamente la transformación de los alimentos en nutrientes. (Luigi, 2011), afirma: “Es el conjunto de procesos de transformación mecánica que sufren los alimentos ingeridos, con el objetivo de convertirlos en sustancias más sencillas (nutrientes), para ser absorbidos y utilizados por las células del cuerpo”. (p.16).

El acto de ingerir alimentos por parte de los seres humanos entra en un proceso o ciclo denominado como digestión el cual implica la transformación total y parcial de los alimentos a nutrientes, para que el cuerpo asimile los elementos válidos que serán absorbidos por el organismo y los no validos serán desechados del cuerpo mediante el proceso de defecación.

1.5.3. Absorción

Absorción, en el cuerpo humano es la operación única, la absorción implica el paso de los productos finales de la digestión, junto con vitaminas, minerales, agua, etc. a través del aparato digestivo a nuestro organismo. La absorción a igual de la digestión es un proceso más que efectúa el ser humano,

Para (Luna, 2007), entorno a la absorción se manifiesta de la siguiente manera.

La función principal del intestino es conseguir una adecuada incorporación de nutrientes al organismo, y esto se lleva a cabo a través de los procesos de digestión y absorción de los nutrientes, que se producen básicamente en el intestino delgado, y con una absorción específica según nutrientes y tramo intestinal.

En efecto el autor Luna menciona que la principal función del intestino es absorción de alimentos para el cuerpo humano ya que este se sostiene de todos los nutrientes que ingresan al sistema digestivo, por lo tanto, es importante que todo lo que comamos sea de beneficio para nuestro organismo ya que es el intestino delgado es el principal absorbente de nutrientes así como lo es el estómago, quien es el que recibe toda clase de alimentos y lo distribuye a todo el organismo.

1.5.4. Defecación

Una de las actividades y necesidades del ser humano es la expulsión de las heces, dicha actividad es un proceso normal del ser humano la cual se origina después que las personas han ingerido alimentos y el cuerpo los ha procesado y lo no válido eliminado.

Según (Cerdan), manifiesta su opinión en relación a la defecación:

Los mecanismos que facilitan la defecación se desencadenan en el recto y los esfínteres anales, es indudable que para que se desarrollen correctamente, las heces deben ser transportadas en calidad y cantidad por el colon; en este segmento del intestino grueso se efectúan las funciones de absorción, almacenamiento y transporte. (p.15)

El autor anterior, define al acto de defecación como la expulsión de todos aquellos microorganismos que ha desechado el cuerpo humano una vez que han pasado por un debido proceso de absorción, los mismos que son previamente acumulados en el intestino grueso direccionándolos hacia el exterior por medio del ano.

1.6. Trastornos en relación a la nutrición

En cuanto a los trastornos de la nutrición son muy comunes en la infancia, en especial en etapas de la escolaridad, es común que 5 de cada 100 estudiantes han desarrollado trastornos alimenticios o un exceso de por peso. Para (Gálvez), manifiesta su opinión en relación a los trastornos de la nutrición: “Se trata de comportamientos, o conductas extrañas y anormales para alimentarse, elegidas de forma voluntaria con el único fin de adelgazar, debido a una gran insatisfacción con el cuerpo, y a un temor irracional y desmedido a engordar”. (p.3)

De acuerdo con el autor de la cita anterior menciona que uno de los trastornos que afecta a las personas es el hecho de no saber alimentarse, ya que el aumento de peso es uno de los factores en donde las personas empiezan a crear conciencia en que su alimentación es mala, así que intentan una dieta con el propósito de bajar de peso así también como en realizar toda clase de ejercicios con el único fin de olvidarse de comer.

1.6.1. Anemia

Cuando una persona se encuentra anémica es debido a la ausencia o disminución de glóbulos rojos en la sangre, también los médicos aseguran que se debe a la carencia de hemoglobina en la sangre.

Según (Mandal, 2012), contextualiza su opinión sobre la anemia de la siguiente forma:

La anemia es ocasionada por la falta de hemoglobina en la sangre que está por debajo del nivel normal o a niveles menos normales de glóbulos rojos en la sangre. La hemoglobina ayuda a transportar oxígeno en la sangre. Así, la falta de hemoglobina causa deficiencia de vida dando oxígeno a órganos vitales. (p.14)

En diversas investigaciones por doctores y profesionales concluyen que la anemia no es una cuestión ocasionada por algún tipo de enfermedad, en sí la anemia es producida por la poca o falta de los llamados glóbulos rojos, los mismos están por

debajo de los parámetros normales, cabe resaltar que la falta de hierro es la principal causa de la anemia.

Según (Zambrano, 2012), en su investigación manifiesta su opinión sobre la anemia de la siguiente manera:

También se presenta anemia cuando los glóbulos rojos no contienen suficiente hemoglobina. La hemoglobina es una proteína rica en hierro que le da a la sangre el color rojo. Esta proteína les permite a los glóbulos rojos transportar el oxígeno de los pulmones al resto del cuerpo. (p.2).

La anemia es considerada como una enfermedad que afecta a la sangre, la principal función de los glóbulos rojos es el transporte de oxígeno y su liberación en los distintos tejidos a todo el cuerpo. El oxígeno se transporta en el interior del hematíe unido a la hemoglobina la cual contiene el hierro que necesita los seres humanos. La anemia puede ser la manifestación de una enfermedad hematológica o una manifestación secundaria a muchas otras enfermedades proveniente de los genes familiares.

En el instante que el ser humano no posee con suficiente oxígeno en la sangre, éste causante de hipoxemia, el mismo que es característico por el escaso nivel de oxigenación en la sangre a causa de la no respiración del individuo. Cuando la sangre carece de oxígeno en su totalidad, puede ocasionar un mal funcionamiento de las células, lo cual conlleva a ciertos órganos y tejidos no trabajen como se debe, además de una posible dificultad al momento de moverse e inclusive hay problemas de daños cerebrales.

1.6.2. Obesidad

La obesidad forma parte del síndrome metabólico, los cuales son diferentes factores tales como riesgos de padecimiento de enfermedades de tipo cardiovasculares o diabetes mellitus tipo 2, así como para algunas formas de cáncer, padecimientos dermatológicos y gastrointestinales. Según (Aragónés), afirma: “La obesidad es la enfermedad nutricional más frecuente en los niños y

adolescentes de los países industrializados. Se define como un incremento del peso corporal, a expensas preferentemente del aumento del tejido adiposo”. (p.5)

La obesidad se presenta con el transcurso del tiempo, y es causada por una mala alimentación, así como el ingerir más calorías que aquellas que se consumen normalmente. El equilibrio entre la ingestión de calorías y las calorías que se pierden es diferente en cada persona, ya que no todos los cuerpos reaccionan de la misma manera. Entre los factores que pueden afectar su peso se incluyen la constitución genética, el exceso de comida chatarra, el consumo de alimentos ricos en grasas y la falta de actividad física, así como mantener una vida sedentaria.

En cuanto a los niños que padecen algún tipo de problema de obesidad son debido a causa de malos hábitos alimenticios, lo cual traerán consecuencias en etapas adolescentes e incluso adultas, es usual que la consecuencia más común en niños con obesidad se debe a que acumulan grasas en el organismo e incluso desarrollan trastornos de tipo psicológicos, es lamentable que en la actualidad sea más frecuente la obesidad en la infancia.

1.6.3. Desnutrición

La desnutrición es básicamente un estado de patológico el cual se origina por una serie de manifestaciones que son ocasionadas por falta de alimentos y asimilación de los mismos por el organismo. (Unicef, 2011), afirma: “La desnutrición infantil es el resultado de la ingesta insuficiente de alimentos (en cantidad y calidad), la falta de una atención adecuada y la aparición de enfermedades infecciosas” (p.7)

En los infantes que padecen algún tipo de desnutrición usualmente se debe al entorno en donde se desarrollan, es decir el factor económico es uno del primer causal, niños con desnutrición moderada, son usualmente costumbres adquiridas desde el hogar, es decir que ellos prolifera el consumo de comida chatarra y el escaso consumo de alimentos de tipo orgánico, consecuentemente niños con

desnutrición son bajo en rendimiento escolar y académico, son retraídos, además de ser común que se enfermen de la nada.

2. Desarrollo físico

El ser humano desde que es fecundado experimenta una serie de cambios que van desde el instante de la fecundación desarrollándose en aproximadamente 40 semanas en el vientre materno, y en el instante de su nacimiento comienza otra etapa de desarrollo físico e intelectual, esta vez en el exterior del vientre materno, dicho desarrollo es muy trascendental en los dos primeros años de vida.

Para (Martins, 2015), en cuanto al desarrollo físico, contextualiza su opinión:

El Desarrollo Infantil es parte del desarrollo humano, un proceso único para cada niño, que tiene como objetivo su integración en la sociedad en la que vive. Se expresa por la continuidad y por los cambios en las habilidades motoras, cognitivas, psicosociales y del lenguaje, con las adquisiciones cada vez más complejas en las funciones de la vida diaria.
(p.1101)

Durante las diferentes etapas únicas del ser humano, las personas están en un constante, sobre todo en los niños, los cambios van desde el intelectual hasta el desarrollo físico, en donde se puntualiza la estatura y su talla corporal, el desarrollo y crecimiento es forma continua hasta que se lleva a la adolescencia.

2.1. Crecimiento

El crecimiento es un proceso de tipo biológico el cual no es igual en todos los seres humanos, no todos los infantes crecen al mismo tiempo ni a la misma velocidad, en varios de los casos, este crecimiento se ve entorpecido por enfermedades que de fondo alteran el normal crecimiento de los niños.

Según (Pozo, 2014), en cuanto al crecimiento, contextualiza su opinión de la siguiente manera:

El crecimiento es el proceso biológico más característico de la infancia. Se inicia en el momento de la fecundación del óvulo y se extiende hasta que finaliza la maduración de los huesos y se completa el desarrollo sexual, lo que ocurre habitualmente, hacia el final de la segunda década de la vida. (p.9).

El crecimiento y desarrollo del niño muchas veces se lo determina por separado, pero son procesos que van ligados, sin embargo, presentan diferencias que valen la pena aclarar, el crecimiento expresa el incremento del peso y la talla de niño y el desarrollo se refiere a la maduración de las funciones del cerebro y otros órganos vitales que son de vital importancia. Es imprescindible destacar que un correcto crecimiento del niño influye notablemente en su infancia y escolaridad, sobre todo en el rendimiento académico del mismo, por tal circunstancia una correcta alimentación es fundamental dentro del crecimiento del niño.

2.1.1. Desarrollo cerebral

En el ser humano, en especial en los niños, alcanzar la totalidad de madurez en el cerebro, tanto para los padres de familias, así como también para los docentes en etapas de escolaridad requiere toda la atención en el proceso de la infancia, niñez y adolescencia, éste proceso dura hasta aproximadamente unos 20 años.

Según (Mas, 2015) en cuanto al desarrollo cerebral, contextualiza su opinión de la siguiente manera: “Los humanos no nacemos con todas nuestras capacidades cerebrales listas para ser utilizadas. Están ahí, en el programa que contiene nuestro ADN humano, y progresivamente van “manifestándose” a medida que crece nuestro sistema nervioso” (p.66).

El autor de la cita antes mencionada manifiesta que el ser humano está en constante desarrollo y su conocimiento se incrementa día a día, aprender, crear, innovar son habilidades neurológicas las cuales ya vienen en nuestro sistema, es por eso que estas capacidades se deben desarrollar desde los primeros años de vida y no dejan de cambiar hasta nuestros últimos días de vida.

2.1.2. Desarrollo óseo

El crecimiento y normal desarrollo óseo del niño es muy fundamental, sobre todo en etapas infantiles, y éste desarrollo inicial se da desde el vientre materno desde las primeras semanas embrionarias. Según (Obreque, 2010) afirma: “El crecimiento óseo se inicia en la vida embrionaria y sigue hasta la pubertad... el crecimiento óseo depende de factores genéticos y se halla influido por sistémicos (hormonas) y locales” (p.13).

El desarrollo óseo resulta imprescindible para el crecimiento y fortalecimiento de los huesos, por lo tanto, es necesario que desde pequeños los niños realicen ejercicios o deportes para que el sistema óseo tenga más resistencia y este en constante entrenamiento.

2.1.3. Desarrollo muscular

El desarrollo de la musculatura en los niños es el resultado de una buena alimentación y permite un normal desarrollo físico e intelectual. Según (Torrera, 2015) en relación al desarrollo muscular manifiesta su opinión de la siguiente forma:

El desarrollo muscular de cada persona dependerá de diversos factores como la genética, el ejercicio y la alimentación... si bien un factor muy importante es la genética, el cual es un factor no modificable y por tanto, no todo el mundo aumentará musculatura con la misma facilidad, existen otros dos factores sobre los que sí podemos actuar: el entrenamiento y la alimentación. (p.13)

El desarrollo de los músculos es diferente en los seres humanos, dicho desarrollo no es constante ni mucho menos igual en todas las personas, usualmente el desarrollo muscular obedece a diversos factores de tipo alimenticio y en muchas de las ocasiones genético, es importante mantener una alimentación adecuada sobre todo en etapas infantiles, para lograr así un desarrollo muscular con total normalidad.

Para Martín citado por (Bueno, 2013), en relación al desarrollo muscular en los niños, manifiesta su opinión de la siguiente manera:

El entrenamiento de fuerza en niños y jóvenes tiene principalmente una dimensión profiláctica contra la debilidad de la postura, favorece en general el desarrollo del rendimiento de las capacidades físicas y hace posible el aprendizaje de las habilidades motoras. (p.22)

La práctica del ejercicio y el desarrollo de juegos físicos, favorece a los niños sobre todo en los músculos y la motricidad gruesa, con dicha práctica se obtiene como resultados la corrección de posturas y hábitos de tipo físico, como la resistencia en la práctica de ejercicios que requieren mayor esfuerzo.

2.2. Cambios corporales

El desarrollo físico en los infantes usualmente se caracteriza porque los niños perfeccionan las diversas habilidades que han sido adquiridas en años anteriores. Según (Esther Martínez) en relación a los cambios corporales en los niños, menciona que...

Es muy importante conocer todas las etapas del crecimiento y cambios corporales del niño para cuando se encuentre en el periodo de la pubertad, ofrecerle más comprensión, confianza y paciencia, es un proceso por el que todos hemos pasado y en ese momento, todo parece mucho más complicado de lo que realmente es. (p.14).

Es importante tener en cuenta los cambios que se generan en el ser humano desde la infancia, los pequeños van creciendo y desarrollando hasta la pubertad, durante las primeras etapas el infante resulta frágil y depende en gran parte de los demás, conforme pasan las semanas y los años la dependencia hacia sus padres queda en segundo plano y se vuelve más seguros producto de los cambios corporales.

Los niños juegan constantemente, lo cual hace que pierdan peso, aunque esto los ayuda a crecer y que la masa muscular aparezca en sus cuerpos, por lo tanto, sus extremidades superiores e inferiores se alargan debido a los juegos que realizan a diario, es por eso que los padres no deben prohibir a los niños que jueguen y que se mantengan en constante movimiento.

2.2.1. Peso

El desarrollo en los infantes, es un proceso normal dentro del ciclo de vida de los seres humanos, de tal manera es importante que los niños gocen de una alimentación rica en nutrientes y vitaminas, lo cual garantiza en ellos un correcto peso, el mismo que debe de estar acorde con la edad.

Según (Algueró, 2017), en relación al peso ideal en los niños, manifiesta su opinión al respecto:

La herencia genética y el momento de la gestación que el bebé elige para nacer determinan, en principio, su peso y talla. Así, el tamaño de los padres influye en el peso y talla del bebé no sólo en el momento del nacimiento, sino también en su desarrollo posterior. (p.1)

En efecto, como lo indica el autor un bebé en primer momento de nacer viene con sus genes heredados tanto del padre como de la madre, en el momento en el que ellos nacen ya se ha determinado y definido el peso y la talla, pero esta no se quedara así, sino que más bien ira aumentando de acuerdo a la alimentación, cuidados que reciba de parte de la madre, así como aumentara de peso y de tamaño.

2.2.2 Talla

Hoy en día los padres de familias están conscientes de la importancia de la talla de los niños, en especial si se presenta sobrepeso, lo cual podría generar un problema de salud a futuro, por tal motivo, el control médico es de suma importancia y se requiere una revisión adecuada sobre todo en sus primeros años

de edad. Según (Avendaño, 2014), afirma: “La talla en los menores con edades inferiores a dos años, se los mide en talla en forma horizontal o acostados, a los niños a partir de los dos años en adelante al niño se lo mide de pie” (p.6).

Todos los seres humanos desde el primer momento en que nacen se les debe tomar una talla para tener en cuenta su estado de salud con el que nació, es decir que los recién nacidos se los mide acostados sobre una cama en donde está la cinta métrica, esta se la utiliza hasta los dos años, después de ese tiempo se lo mide de pie así mismo con una cinta métrica para saber si la edad que poseen esta igual a su estatura.

2.3. Importancia del desarrollo físico

Para (Juárez, 2015), contextualiza acerca de la importancia del desarrollo físico:

Las habilidades motoras de los niños aumentan a esta edad considerablemente debido a la combinación de la maduración cerebral, la motivación y la práctica, ya que la mayoría de los juegos y actividades que se realizan en este periodo van acompañados de un importante movimiento físico. (p.6)

Todos los niños desde pequeños poseen habilidades motoras, ya que realizan movimientos aun dentro del vientre materno, pero cuando nacen estas deben ir madurando según su edad, así como la motivación que reciba de parte de los miembros de su familia y de las demás personas que lo rodean.

2.3.1. El desarrollo físico en la etapa infantil

La práctica de actividades recreativas son parte fundamental para un normal desarrollo físico para los niños sobre todo en los primeros años de vida, los juegos de tipos físicos constituyen un aporte beneficioso para quienes lo practican, sino que también fortalecen los huesos y se mantiene un perfecto estado de salud.

Para (Rivas, 2016) manifiesta que:

La actividad física en la infancia y en la adolescencia es parte consustancial al correcto desarrollo del niño. Mediante la actividad física ajustada a las diferentes etapas del desarrollo infantil, se pueden adquirir destrezas y habilidades motoras. Contribuye a la maduración del sistema musculoesquelético. (p.5).

Todas las actividades físicas se las realizan desde la infancia ya que este es el medio que más les gusta, porque a su vez aprenden a relacionar la fantasía con la realidad, pero en la adolescencia estas actividades se vuelven más por deportes y porque al practicarlo ayudan a que su cuerpo se tonifique y fortalezca, haciendo que sus habilidades y destrezas estén desarrolladas al máximo.

2.3.2. El desarrollo físico y la salud

Es importante resaltar que el desarrollo físico ayuda y beneficia a tener una salud en buen estado, ya que de esta manera se elimina el riesgo de sufrir algún tipo de enfermedades corporales y cardiovasculares.

Según, (Armendaris, 2016), contextualiza su opinión en relación al desarrollo físico y la salud.

El desarrollo físico es un proceso en el que intervienen factores como la información genética, la actividad motriz, el estado de salud, la nutrición, las costumbres en la alimentación y el bienestar emocional. En conjunto, la influencia de estos factores se manifiesta en el crecimiento y en las variaciones en los ritmos de desarrollo individual. (p.68).

En efecto, en los primeros años de vida del ser humano, se producen una serie de cambios considerados como notables los cuales están ligados de manera directa con el desarrollo físico y la salud. Los niños se movilizan y exploran su entorno porque tienen deseo de conocerlo, por lo tanto dirigen la actividad física hacia

determinadas tareas. Estos cambios son relacionados con los procesos madurativos del cerebro que se dan en cada niño y niña.

2.3.3. El desarrollo físico y una correcta alimentación

Todos los seres humanos deben aprender a cuidar su cuerpo, sean estas por medio de la alimentación o realizando algún tipo de deporte o ejercicio ya que esto mejora y mantiene una salud física en buenas condiciones.

Para (Rufino, 2013), menciona que el desarrollo físico y una correcta alimentación de la siguiente forma: “La buena alimentación debe darse a lo largo de toda la vida. En los primeros años de vida depende pura y exclusivamente de los padres ya que son los encargados de la alimentación de sus hijos.” (p.31).

En efecto, la alimentación de los hijos desde los primeros años está dirigida por los padres, ya que desde pequeños ellos no avisan lo que desean comer sino que se rigen a lo que sus padres les dan, de tal manera que los hijos aprendan a tener una buena o mala alimentación lo que repercutirá favorable o desfavorablemente en su desarrollo físico.

2.3.4. El desarrollo físico y su entorno

Es indudable que el desarrollo físico se relaciona con el entorno en el que se desarrollan los estudiantes, por lo tanto, aquello que rodea a los niños terminará influyendo en su forma de ser y actuar. En la actualidad es importante que los padres tomen conciencia y fomenten los ejercicios o actividades corporales en sus hijos para tener un desarrollo físico adecuado para ellos y no ser niños enfrascados en el mudo tecnológico y sedentario.

Para (Butler, 2010) se manifiesta de la siguiente manera en torno al desarrollo físico y el entorno, “La salud y la seguridad son partes fundamentales del cuidado infantil. Si el entorno no es seguro, los niños no pueden explorar ni aprender libremente”. (p.2)

El entorno escolar y el del hogar son indispensables para el desarrollo físico de los niños, la alimentación como factor principal en conjunto con el ambiente deben ser considerados por las instituciones educativas para el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por tanto, es necesario crear condiciones para mejorar en ambos aspectos. A las autoridades educativas, docentes, y padres de familia les corresponde trabajar en conjunto para favorecer la nutrición y el desarrollo físico de los más pequeños.

MARCO LEGAL

El proyecto sobre La nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II de la “Unidad Educativa San Francisco de Asís” del Año Lectivo 2017-2018 de la Ciudad de Guayaquil, en torno a su contenido legal, está constituido de acuerdo a los siguientes preceptos, los mismo que determinan su factibilidad de estudio además de su aplicación.

Constitución del Ecuador

En el Capítulo segundo de los Derechos del buen vivir

Sección primera

Agua y alimentación

Art. 13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Sección quinta

Niñas, niños y adolescentes

Art. 26.- La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad. El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción.

Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar. El Estado garantizará su libertad de expresión y asociación, el funcionamiento libre de los consejos estudiantiles y demás formas asociativas.

Sección sexta

Cultura física y tiempo libre

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

Ley Orgánica de Educación Intercultural L.O.E.I.

En el capítulo Quinto de la Estructura del Sistema Nacional de Educación

Art. 40.- Nivel de educación inicial. -

El nivel de educación inicial es el proceso de acompañamiento al desarrollo integral que considera los aspectos cognitivo, afectivo, psicomotriz, social, de identidad, autonomía y pertenencia a la comunidad y región de los niños desde los 3 años hasta los 5 años de edad, garantiza y respeta sus derechos, diversidad cultural y lingüística, ritmo propio de crecimiento y aprendizaje, y potencia sus capacidades, habilidades y destrezas.

TÍTULO VII

Disposiciones Generales

Cuarta. - La Autoridad Educativa Nacional es responsable y garante de producir y distribuir los textos, cuadernos y ediciones de material educativo, uniformes y alimentación escolar gratuitos para los niños, niñas y adolescentes de la educación pública y fisco misional. Los textos deberán ser actualizados cada tres años con arreglo a la calidad de los contenidos en relación con los principios y fines de la educación, en el marco de la Ley de Contratación Pública.

Ley Orgánica de la Salud

Libro Primero de las Acciones de Salud

Título I

Capítulo II

De la Alimentación y Nutrición

Art. 16.- El Estado establecerá una política intersectorial de seguridad alimentaria y nutricional, que propenda a eliminar los malos hábitos alimenticios, respete y fomente los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, así como el uso y consumo de productos y alimentos propios de cada región y garantizará a las personas, el acceso permanente a alimentos sanos, variados, nutritivos, inocuos y suficientes. Esta política estará especialmente orientada a prevenir trastornos ocasionados por deficiencias de micro nutrientes o alteraciones provocadas por desórdenes alimentarios.

MARCO CONCEPTUAL

En cuanto al marco conceptual de la presente investigación se tiene en consideración los siguientes términos relevantes:

Alimentación.- es la ingesta de comida o alimentos por parte de las personas, para que en lo posterior sean procesados y se conviertan en nutrientes necesarios para obtener energía y conseguir un desarrollo normal. Según (Sánchez, 2008) , afirma: “Comemos alimentos para que el organismo tome de ellos los compuestos, y de éstos, los nutrimentos. Como no hay alimentos completos, debemos combinarlos entre sí. La dieta debe ser completa, variada, suficiente, equilibrada, adecuada e inocua”. (p.17)

Desarrollo físico.- este cambio es un proceso continuo y el cambio en el crecimiento del niño no es una constante. El desarrollo físico puede cambiar, tal como está caracterizado en que las variaciones normales considerados entre la edad y el sistema de órgano involucrado. Según (Pintos, 2017), afirma “El crecimiento físico es un proceso altamente organizado en el que las cosas ocurren de acuerdo con una cierta secuencia y un cierto calendario maduro. El crecimiento es un proceso que ocurre de manera continua y paulatina.

Dietas.- es la correcta y cantidad de alimentos por las personas, la misma que no precisamente por estar con sobrepeso. Según (López, 2005), afirma: “Algunos estudios demuestran que una dieta rica en carbohidratos (papas, arroz, harinas, leche, cereales) ayuda a calmar la ansiedad” (p.95)

Digestión.- es un proceso de tipo biológico que realiza el organismo humano, el cual consiste en la absorción de alimentos que son necesarios para la vida. Para (Díaz, 2011), afirma: “La mayor parte de los alimentos son ingeridos en forma tal que no están preparados para ser asimilados por el organismo hasta cuando ocurra la digestión y sean desintegrados en pequeñas moléculas que faciliten su absorción”.

Ejercicios. - es la disciplina que realiza movimientos de tipo corporal, la cual mantiene a los seres humanos con salud física y mental. Es la combinación de movimiento más aplicación. Según (Escalante, 2011), afirma: “El cuerpo del ser humano está preparado para moverse, más aún, tiene la necesidad de hacerlo. No obstante, a pesar de esta necesidad, la práctica de actividad física en la población es cada vez menos frecuente, muy especialmente en niños”. (p.1)

Macronutrientes.- los macronutrientes son aquellos nutrientes que suministran la mayor parte de la energía metabólica del organismo. Los principales son glúcidos, proteínas, y lípidos. Otros incluyen alcohol y ácidos orgánicos. Se diferencian de los micronutrientes, las vitaminas y minerales, en que estos son necesarios en pequeñas cantidades para mantener la salud, pero no para producir energía. Según (Sánchez M. , 2011), afirma: “Son proteínas, lípidos y carbohidratos, que

se requieren en grandes cantidades. Los micronutrientes son principalmente las vitaminas, los minerales y los oligoelementos” (p.1)

Nutrición.- la nutrición consiste en el aprovechamiento de las sustancias procedentes del exterior (nutrientes) y, a partir de ellas, renovar y conservar las estructuras del organismo y obtener la energía necesaria para desarrollar la función vital, manteniendo el equilibrio hemostático del organismo a nivel molecular y microscópico. (Escudero, 2015), afirma “Es el resultado o la resultante de un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen como finalidad mantener la composición e integridad normal de la materia y conservarla vida.”. (p.8)

Nutrientes.- son aquellas sustancias sumamente indispensables que necesita el cuerpo humano para su desarrollo normal. Según (Escudero, 2015), afirma: “Es toda sustancia que integra el organismo y cuya ausencia de la alimentación o disminución por debajo del límite mínimo, produce luego de cierto tiempo una enfermedad carencial”. (p.8)

Proteínas.- son las macromoléculas orgánicas de mayor abundancia de las células. (Escudero, 2015), manifiesta: “Las proteínas provenientes de los alimentos de origen vegetal” (p.47)

Sobrepeso.- es la excesiva acumulación de grasa de tipo corporal que perjudica notablemente a la salud. Se entiende como sobrepeso al estado por el cual se excede del peso adecuado para la edad y la talla. No necesariamente el sobrepeso puede ser a causa de adiposidad en el cuerpo, podría ser por el peso de la estructura ósea, el incremento de la masa muscular, la presencia de líquidos corporales, etc. Según (Rossi, 2004), afirma “Las consecuencias que la obesidad y el sobrepeso pueden tener en la salud son numerosas y variadas, desde un mayor riesgo de muerte prematura a varias dolencias debilitantes y psicológicas, que no son mortales pero pueden tener un efecto negativo en la calidad de vida. (p.12)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

En el desarrollo del presente trabajo investigativo, se ha considerado un diseño metodológico, ajustado al proceso investigativo en relación al tema central de la nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís” del Año Lectivo 2017 - 2018 de la Ciudad de Guayaquil.

Enfoque de la investigación

Cuantitativo – Cualitativo

En ese contexto, Hernández, Fernández y Baptista (2010, pág. 4) en su obra Metodología de la Investigación, "Sostienen que todo trabajo de investigación se sustenta en dos enfoques principales: el enfoque cuantitativo y el enfoque cualitativo.

De manera general el enfoque de la investigación fue mixto. Cuantitativa, ya que se basa en obtener datos mediante un proceso organizado y con uso de la estadística para el respectivo análisis de las preguntas de la investigación, y cualitativa porque se realiza una descripción amplia de la situación investigada.

FUNDAMENTACIÓN DEL TIPO DE INVESTIGACIÓN

La Investigación de Campo

El presente trabajo se ha basado en una investigación de campo ya que se ha realizado en el mismo lugar del establecimiento donde se detectó el problema, se visitó cada salón de inicial 2, para obtener la información precisa y necesaria para el desarrollo del proyecto.

Investigación Descriptiva

Esta investigación, básicamente también es de tipo descriptiva, ya que determina el grado existente de la relación o asociación que hay entre las variables. Por medio de este trabajo, se identifica y se estudian las dos variables de la investigación.

MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

Método Inductivo

El método inductivo, ha sido utilizado en la presente investigación porque es el resultado del análisis de las características de las variables, para luego proceder a inferir posibles conclusiones de los hechos.

Método Deductivo

El método hipotético-deductivo se ha utilizado para obtener las conclusiones preliminares a partir de los datos generales y deducir por medio del razonamiento lógico ideas relevantes.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Encuesta

Se empleó la encuesta como técnica de investigación para obtener información válida la misma que fue diseñada de manera explícita y comprensible. El instrumento aplicado para la encuesta fue una serie de preguntas que conformaron un cuestionario. La aplicación estuvo direccionada a los docentes y padres de familia.

Entrevista

En este proyecto también se utilizó la técnica de la entrevista, que fue dirigida a la Rectora de la institución, con la finalidad de obtener información sobre el problema propuesto.

DATOS DE POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

La población se la ha determinado por el universo total o conjunto de personas que conforman el motivo de investigación, en la que existe una problemática, la población está constituida por 1 director, 4 docentes, 57 representantes legales y 57 estudiantes, con un total de 119 personas que integran la población total.

Tabla N°. 1: Distributivo de la población

Número	Detalle	Personas
1	Director	1
2	Docentes	4
3	Representantes Legales	57
4	Estudiantes	57
	Total	119

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Muestra

En cuanto a la muestra, se la ha determinado como una parte o porción de la población, que será objeto de la investigación a través de las técnicas e instrumentos de investigación, es decir 1 director, 4 docentes, 19 representantes legales y 19 estudiantes de la Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Tabla N°. 2: Distributivo de la muestra

Número	Detalle	Personas
1	Director	1
2	Docentes	4
3	Representantes Legales	19
4	Estudiantes	19
	Total	43

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

FUENTES, RECURSOS Y CRONOGRAMA

Los representantes legales del Inicial 2 de la Unidad Educativa "San Francisco de Asís", están completamente interesados en conocer acerca de la nutrición y su influencia en el desarrollo físico. Para la realización de este proyecto fue necesario el empleo de suministros y útiles de oficina, de manera adicional se utilizó material de apoyo para elaboración y explicación de los diferentes talleres direccionados por la docente.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	RESPONSABLES	Octubre 2017				Noviembre 2017				Diciembre 2017				Enero 2017				Febrero 2017				Marzo 2017				Abril 2017				Mayo 2017				Junio 2017				Julio 2017							
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Planteamiento del problema	Katheryn Medina Cristina Vasquez				X																																								
Sistematización del problema	Katheryn Medina Cristina Vasquez			X																																									
Objetivos de investigación.	Katheryn Medina Cristina Vasquez					X																																							
Justificación de la Investigación.	Katheryn Medina Cristina Vasquez									X																																			
Operacionalización de variables.	Katheryn Medina Cristina Vasquez									X																																			
Antecedentes de la investigación	Katheryn Medina Cristina Vasquez											X																																	
Marco teórico referencial	Katheryn Medina Cristina Vasquez												X																																
Marco legal	Katheryn Medina Cristina Vasquez													X																															
Marco conceptual	Katheryn Medina Cristina Vasquez																X																												
Metodología de la investigación	Katheryn Medina Cristina Vasquez																	X																											
Fundamentación del tipo de investigación	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Métodos, técnicas e instrumentos de investigación	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Datos de población y muestra	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Propuesta	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Conclusiones preliminares	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Objetivos de la propuesta.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Listados de los contenidos y esquemas de la propuesta.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Desarrollo de la propuesta.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Corrección de la propuesta.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Listados de los contenidos y esquemas de la propuesta.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Impacto y beneficio	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Resultado y Recomendaciones	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												
Presentación el borrador del proyecto.	Katheryn Medina Cristina Vasquez																																												

PROCESAMIENTOS, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS
ENCUESTA REALIZADA A LOS DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO DE ASÍS”

1. ¿Es imprescindible fomentar hábitos nutricionales en los niños para un buen desarrollo físico?

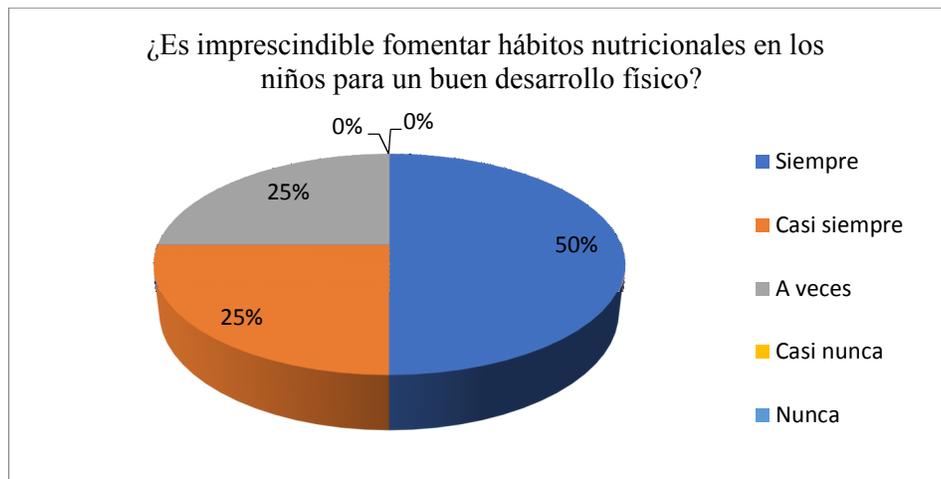
Tabla 1. Hábitos nutricionales

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	2	50%
Casi siempre	1	25%
A veces	1	25%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 1. Hábitos nutricionales



Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La gráfica aclara que para los docentes es importante poseer conocimientos sobre un correcto hábito al momento de la alimentación, para tener un buen desarrollo físico.

2. ¿Existe antecedentes de estudiantes que presenten algún tipo de trastorno de nutrición?

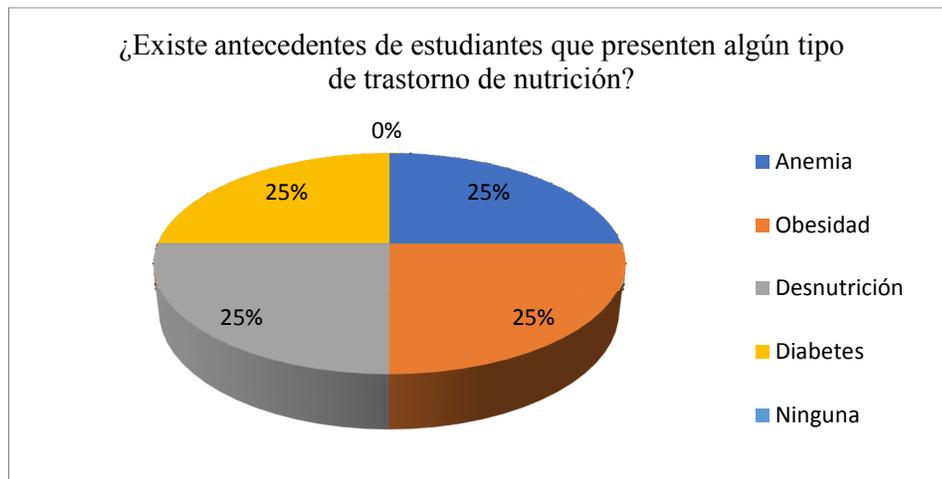
Tabla 2. Trastorno de nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Anemia	1	25%
Obesidad	1	25%
Desnutrición	1	25%
Diabetes	1	25%
Ninguna	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 2. Trastorno de nutrición



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Medina González Katheryn Dennis y Vasquez Villarreal Cristina Elizabeth

Análisis:

El cuadro demuestra que los docentes poseen estudiantes con diferentes casos de trastornos de alimentación en sus aulas como son la anemia, obesidad, desnutrición, diabetes, etc.

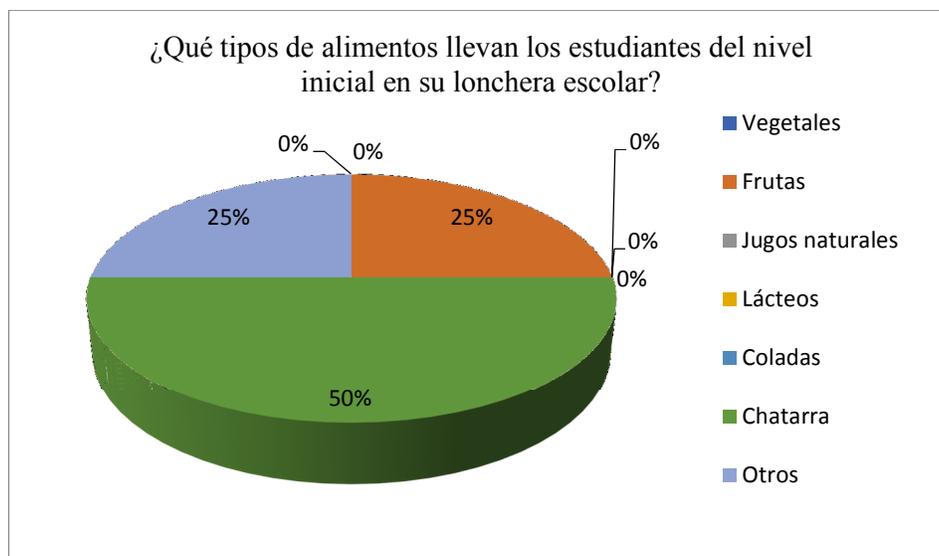
3. ¿Qué tipos de alimentos llevan los estudiantes del nivel inicial en su lonchera escolar?

Tabla 3. Tipos de alimentos

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Vegetales	0	0%
Frutas	1	25%
Jugos naturales	0	0%
Lácteos	0	0%
Coladas	0	0%
Chatarra	2	50%
Otros	1	25%
Todas las anteriores	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"
Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 3. Tipos de alimentos



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"
Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La gráfica denota que los docentes encuentran en las loncheras de los niños comida denominada chatarra, en un mayor porcentaje, por lo tanto, es meritorio el conocimiento de temas como la nutrición y desarrollo físico de los estudiantes.

4. ¿Cómo afecta una mala nutrición en los niños de Inicial II?

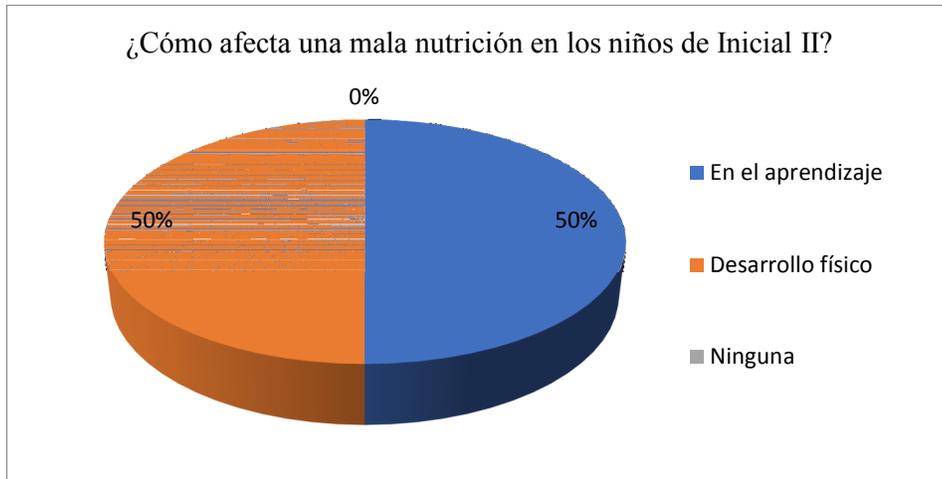
Tabla 4. Mala nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
En el aprendizaje	2	50%
Desarrollo físico	2	50%
Ninguna	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 4. Mala nutrición



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La contestación a la pregunta planteada, denota que los docentes consideran ambas opciones, es decir una mala alimentación influye en el aprendizaje y en el desarrollo físico de los estudiantes.

5. ¿Una mala nutrición ocasiona un escaso rendimiento escolar y anímico?

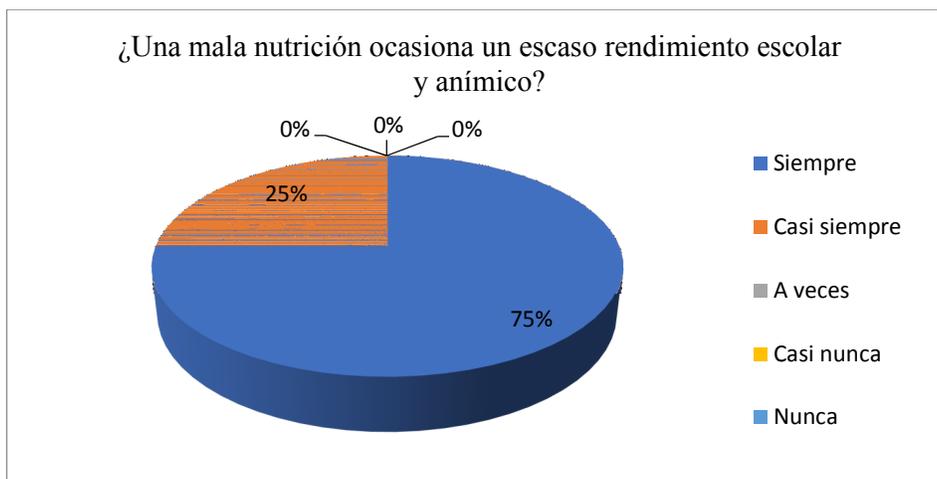
Tabla 5. Escaso rendimiento escolar

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	75%
Casi siempre	1	25%
A veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 5. Escaso rendimiento escolar



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los docentes consideran que la mala nutrición afecta e incide en el desarrollo de los estudiantes, no tan solo en la parte académica, sino también en el ánimo, debido a que el niño no posee los nutrientes necesarios para una óptima capacidad de atención lo cual repercute en su rendimiento escolar.

6. ¿Los estudiantes presentan un desarrollo físico acorde a su edad?

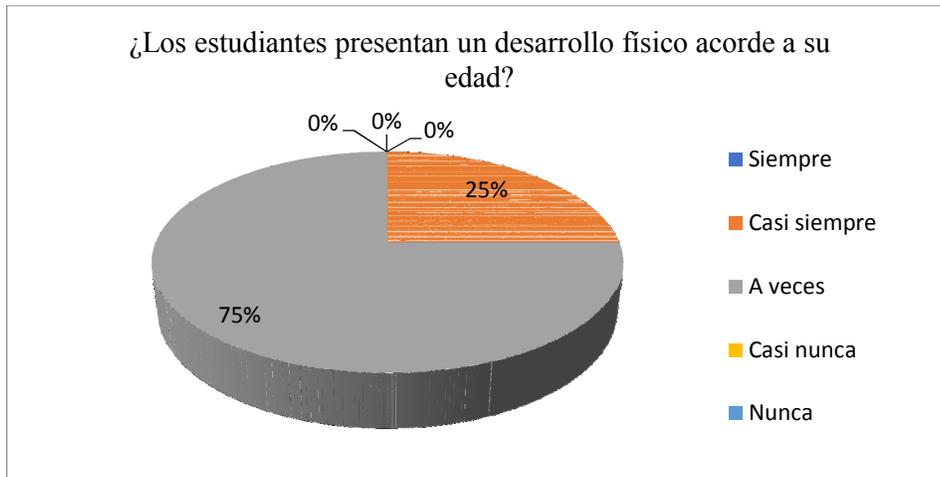
Tabla 6. Desarrollo físico acorde a su edad

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	1	25%
A veces	3	75%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 6. Desarrollo físico acorde a su edad



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

En relación a la contestación, los docentes manifiestan que en algunas ocasiones existen estudiantes con un desarrollo no acorde a su edad.

7. ¿Es conveniente que los docentes realicen ejercicios corporales orientados a un desarrollo físico adecuado?

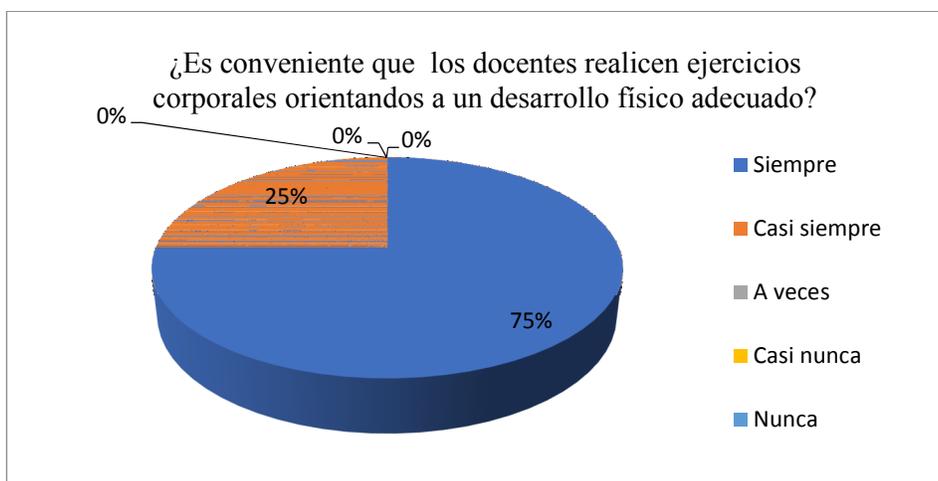
Tabla 7. Ejercicios corporales

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	75%
Casi siempre	1	25%
A veces	0	0%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 7. Ejercicios corporales



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los docentes concluyen que los ejercicios corporales en los infantes son de suma importancia, sobre todo en etapa inicial, y que deben ser para mantener un desarrollo físico adecuados.

8. ¿Un insuficiente desarrollo físico origina un escaso rendimiento escolar y anímico?

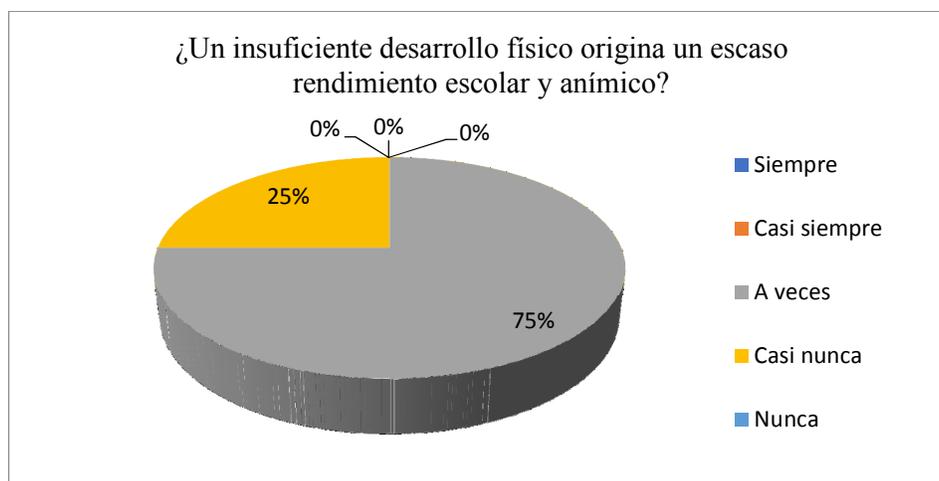
Tabla 8. Insuficiente desarrollo físico

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
A veces	3	75%
Casi nunca	1	25%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 8. Insuficiente desarrollo físico



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los maestros declaran que en algunas ocasiones el desarrollo físico origina un bajo rendimiento escolar y anímico; por lo que se presentan niños que no quieren participar en actividades extracurriculares que impliquen esfuerzo físico.

9. ¿La institución educativa promueve actividades extracurriculares para promover un desarrollo físico adecuado?

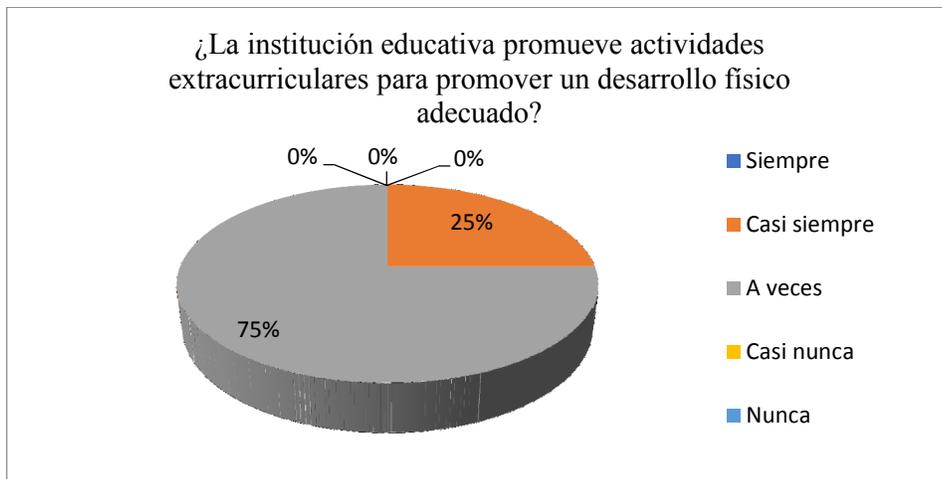
Tabla 9. Promover un desarrollo físico adecuado

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	1	25%
A veces	3	75%
Casi nunca	0	0%
Nunca	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 9. Promover un desarrollo físico adecuado



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La institución educativa promueve actividades extracurriculares para el desarrollo físico sin embargo no se da frecuentemente.

10. ¿Considera que los talleres de nutrición serían de utilidad para que los padres se orienten de manera correcta en cuestiones alimenticias?

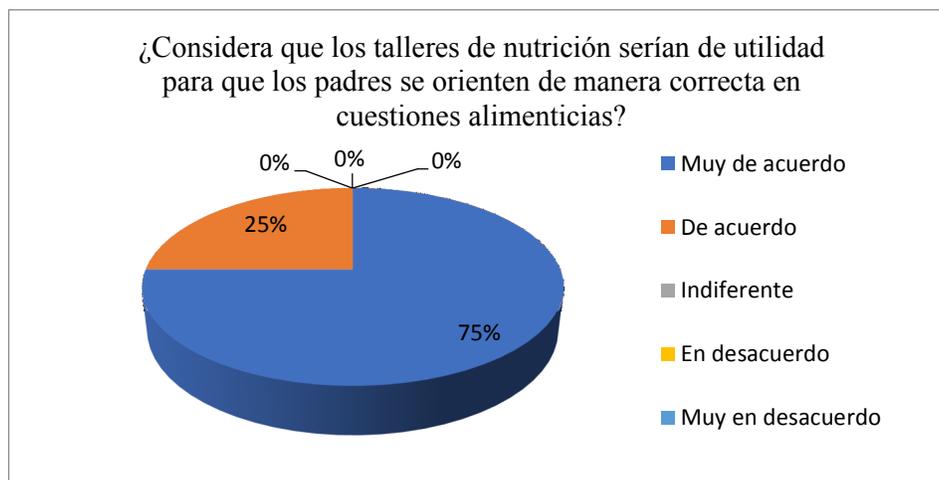
Tabla 10. Talleres de nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy de acuerdo	3	75%
De acuerdo	1	25%
Indiferente	0	0%
En desacuerdo	0	0%
Muy en desacuerdo	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 10. Talleres de nutrición



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los docentes consideran que es importante que los padres de familias se encuentren informados y actualizados sobre cómo deben mantener una alimentación sana y equilibrada en sus niños.

11. ¿La aplicación de talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico de los niños de inicial II?

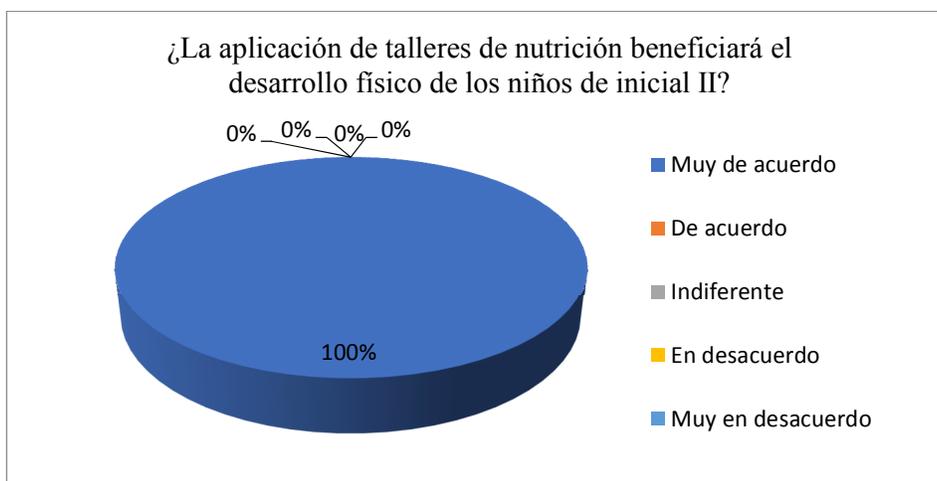
Tabla 11. Talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy de acuerdo	4	100%
De acuerdo	0	0%
Indiferente	0	0%
En desacuerdo	0	0%
Muy en desacuerdo	0	0%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 11. Talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La contestación demuestra que los docentes si consideran que sería positivo y beneficioso impartir talleres sobre nutrición y desarrollo físico, lo cual beneficia a los niños y ayuda a su crecimiento, tanto nutricional como físico.

ENCUESTA REALIZADA A LOS REPRESENTANTES LEGALES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SAN FRANCISCO DE ASÍS”

1. ¿La institución educativa le brinda orientación sobre la nutrición de sus hijos?

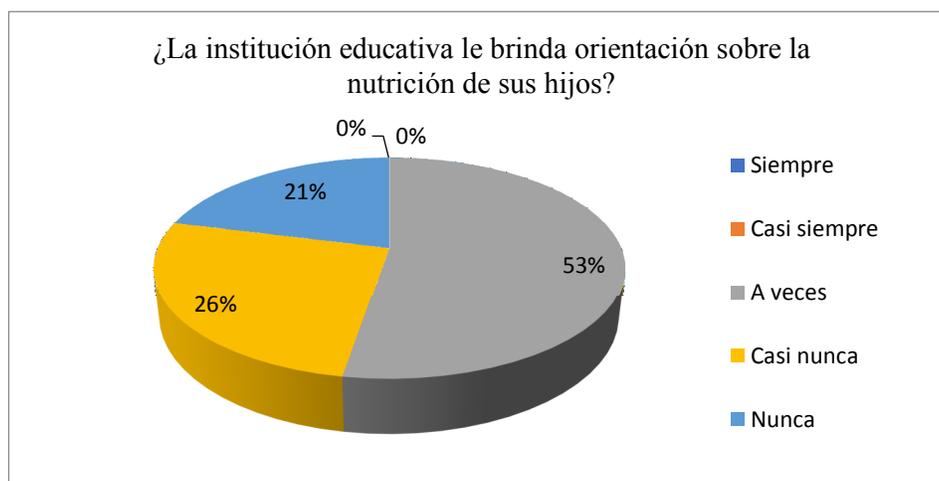
Tabla 12. Orientación sobre la nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi siempre	0	0%
A veces	10	53%
Casi nunca	5	26%
Nunca	4	21%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 12. Orientación sobre la nutrición



Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

La gráfica demuestra que los padres reciben poca información de la institución sobre la nutrición y es fundamental el impartir charlas de cómo se deben alimentar los infantes tanto dentro como fuera del hogar.

2. ¿Cómo afecta una mala nutrición en sus hijos?

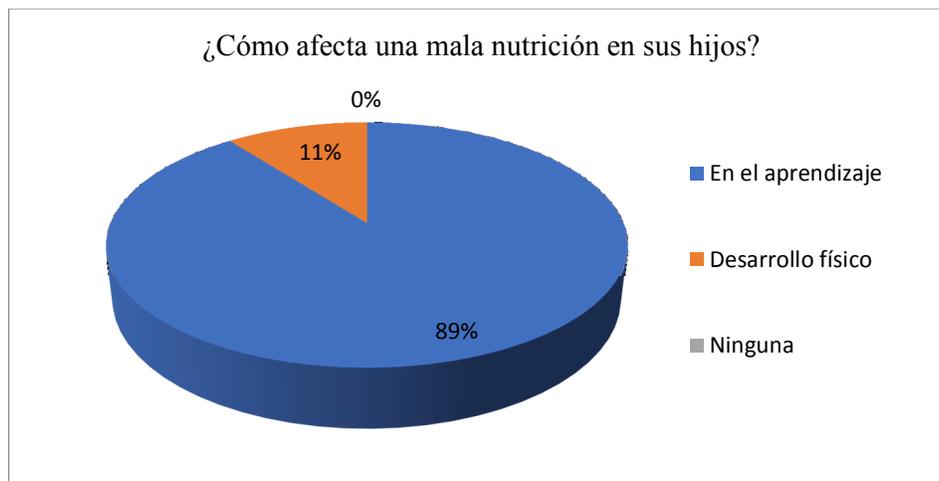
Tabla 13. Efectos de una mala nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
En el aprendizaje	17	89%
Desarrollo físico	2	11%
Ninguna	0	0%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 13. Efectos de una mala nutrición



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Es indudable que los padres están conscientes de cómo afecta una mala nutrición a sus hijos, no tan solo en el aprendizaje, sino que también en el desarrollo físico.

3. ¿Una buena nutrición incrementa?

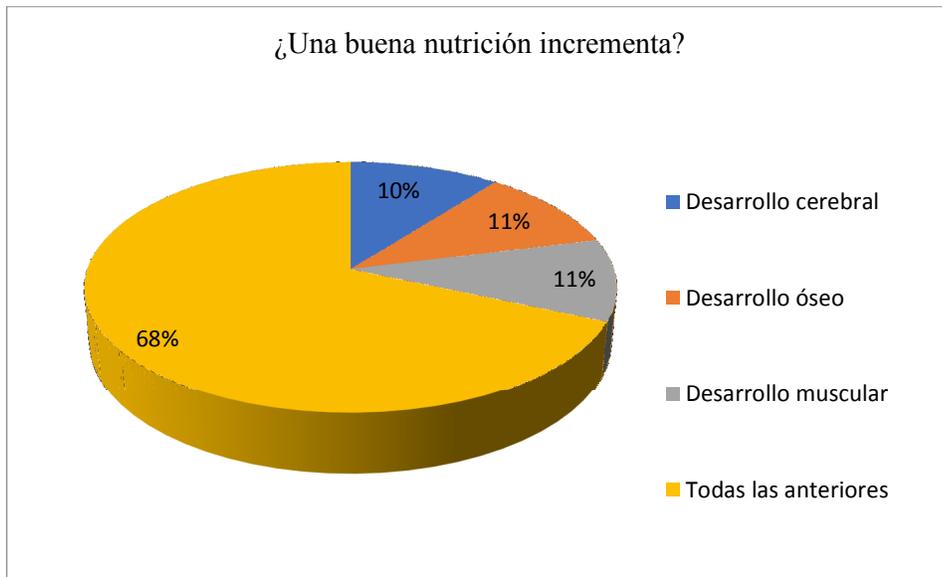
Tabla 14. Buena nutrición

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Desarrollo cerebral	1	25%
Desarrollo óseo	2	50%
Desarrollo muscular	1	25%
Todas las anteriores	0	0%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 14. Buena nutrición



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los representantes demuestran tener claro que una correcta nutrición beneficia el desarrollo del ser humano en su totalidad, en especial en los primeros años de vida.

4. ¿Considera que sus hijos mantienen una buena nutrición alimenticia?

Tabla 15. Buena nutrición alimenticia

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	18	95%
No	1	5%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 15. Buena nutrición alimenticia



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Al parecer los padres si consideran que si alimentan de forma adecuada a sus hijos.

5. ¿Cree usted que una mala nutrición ocasiona un bajo rendimiento escolar?

Tabla 16. Bajo rendimiento escolar

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	5%
Casi siempre	15	79%
A veces	1	5%
Casi nunca	1	11%
Nunca	0	0%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 16. Bajo rendimiento escolar



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

En esta pregunta los padres consideran que una mala nutrición produce en ocasiones un bajo rendimiento escolar

6. ¿Cree usted que la nutrición aporta para el desarrollo físico de sus hijos?

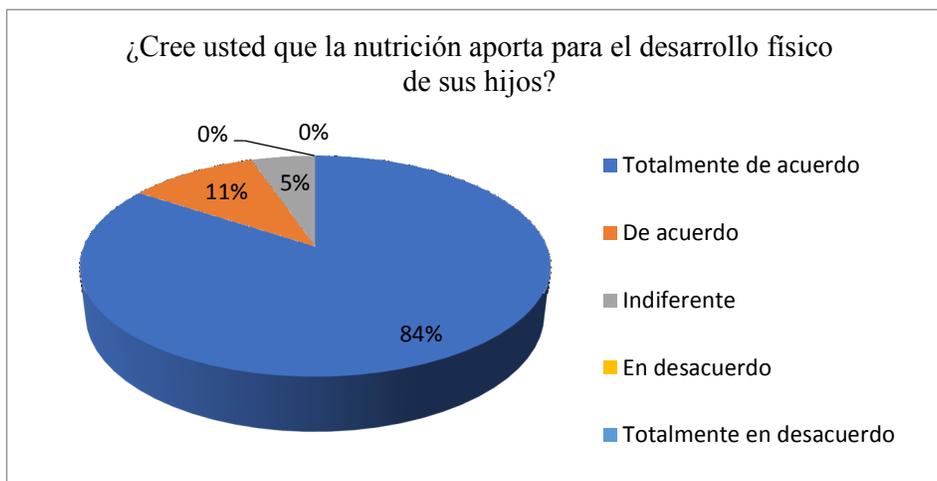
Tabla 17. La nutrición aporta para el desarrollo físico

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Totalmente de acuerdo	16	84%
De acuerdo	2	11%
Indiferente	1	5%
En desacuerdo	0	0%
Totalmente en desacuerdo	0	0%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 17. La nutrición aporta para el desarrollo físico



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los representantes legales demuestran su total acuerdo y considera que el tener una buena alimentación se aporta a un excelente desarrollo físico de sus hijos.

7. ¿Cree usted que el desarrollo físico de su hijo es el adecuado?

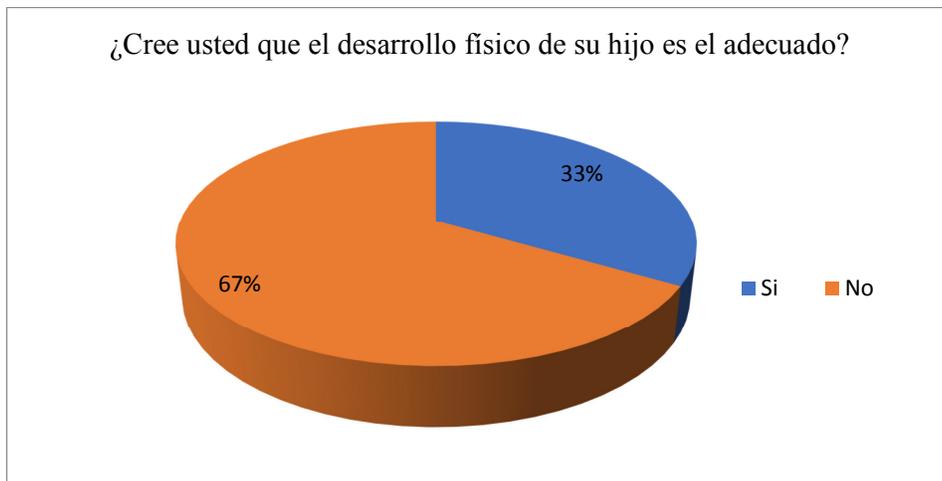
Tabla 18. Desarrollo físico

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	25%
No	2	50%
Totales	4	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 18. Desarrollo físico



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los padres de familia consideran que el desarrollo físico de sus hijos no es el adecuado, ya que no se alimentan de manera correcta sino lo que ellos desean comer.

8. ¿Qué tipo de capacitación le gustaría conocer en un taller de nutrición?

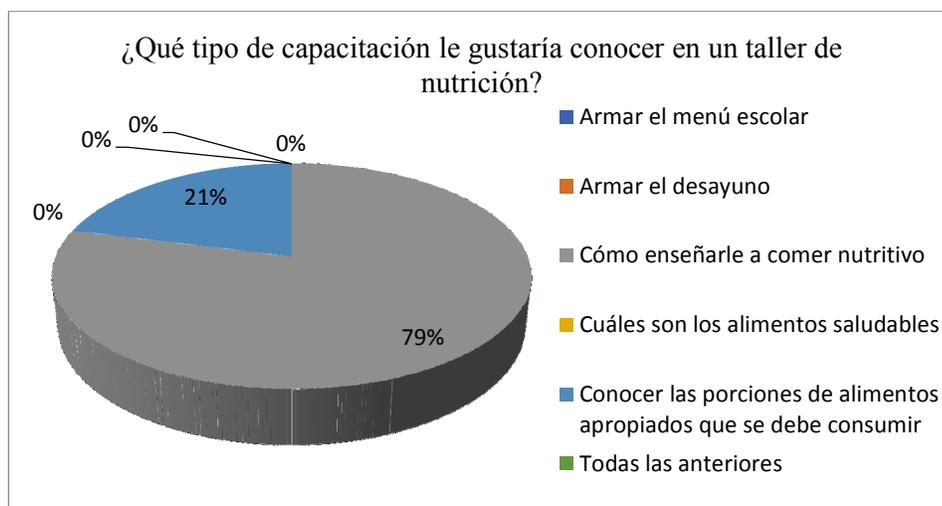
Tabla 19. Capacitación

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Armar el menú escolar	0	0%
Armar el desayuno	0	0%
Cómo enseñarle a comer nutritivo	15	79%
Cuáles son los alimentos saludables	0	0%
Conocer las porciones de alimentos apropiados que se debe consumir	0	0%
Todas las anteriores	4	21%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 19. Capacitación



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los padres se muestran interesados en recibir capacitación que beneficie no tan solo a los estudiantes sino también a los padres de familia y a toda la comunidad educativa sobre la alimentación nutritiva.

9. ¿Qué tipo de actividades recreativas se promueven en el hogar para potenciar el desarrollo físico?

Tabla 20. Actividades recreativas

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Danza	1	5%
Natación	1	5%
Fútbol	14	74%
Teatro	1	5%
Todas las anteriores	2	11%
Ninguno y ¿por qué?	0	0%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 20. Actividades recreativas



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los padres de familias opinan que toda actividad deportiva en donde se ejercite el cuerpo es beneficiosa para el desarrollo físico de los estudiantes y se inclinan por el fútbol.

10. ¿Le gustaría participar en talleres sobre una adecuada nutrición?

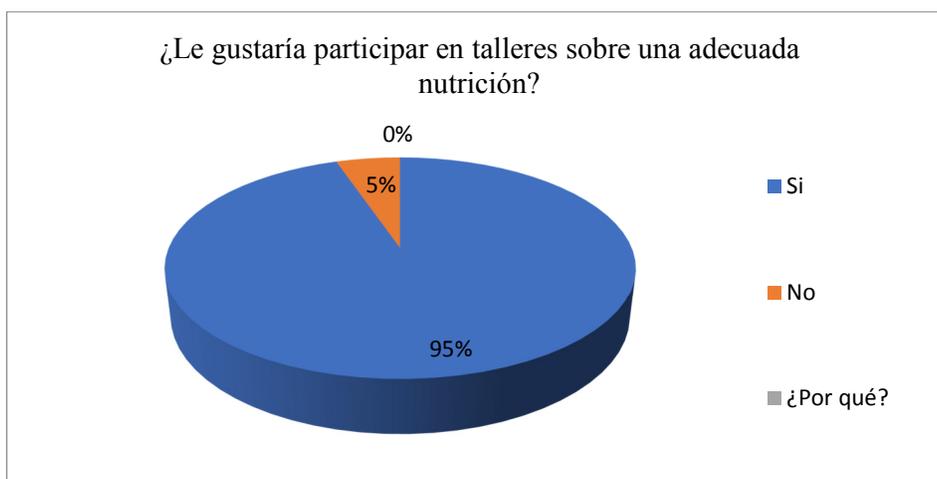
Tabla 21. Participación en talleres

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	18	95%
No	1	5%
Totales	19	100%

Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Gráfico 21. Participación en talleres



Fuente: Unidad Educativa "San Francisco de Asís"

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Los padres de familia afirmaron que implementando talleres se incrementa los conocimientos de tener una adecuada nutrición en sus hijos, por tanto se sienten motivados a participar.

Tabla informativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS)

Etapa Infantil	Peso promedio		Estatura	
	Niñas	Niños	Niñas	Niños
Edad				
Recien nacido	3,4 kg	3,4 kg	50,3 cm	50,3 cm
3 meses	5,6 kg	6,2 kg	59 cm	60 cm
6 meses	7,3 kg	8 kg	65 cm	67 cm
9 meses	8,9 kg	9,2 kg	70 cm	72 cm
12 meses	9,5 kg	10,2 kg	74 cm	76 cm
15 meses	11 kg	11,1 kg	77 cm	79 cm
18 meses	11,5 kg	11,8 kg	80,5 cm	82,5 cm
2 años	12,4 kg	12,9 kg	86 cm	88 cm
3 años	14,4 kg	15,1 kg	95 cm	96,5 cm
4 años	15,5 kg	16,07 kg	99,14 cm	100,13 cm
5 años	17,4 kg	18,03 kg	105,95 cm	106,4 cm
6 años	19,6 kg	19,91 kg	112,22 cm	112,77 cm
7 años	21,2 kg	22 kg	117,27 cm	118,5 cm
8 años	23,5 kg	23,56 kg	122,62 cm	122,86 cm

Fuente: Tabla informativa de la Organización Mundial de la Salud (OMS)

Link: <http://mipequenomilagro.net/2017/11/25/tabla-de-peso-y-estatura-para-el-bebe-ninos-y-ninas/>

UNIDAD EDUCATIVA
“SAN FRANCISCO DE ASÍS” DEL AÑO LECTIVO
2017 - 2018 DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL
Ficha de seguimiento peso – talla

Nº.	NÓMINA	KG.	Libras	TALLA
1	Ajitimbay Catagua Mila Alexandra	16.5	36.38	105
2	Aparicio Avalos Paula Valentina	14	30.86	106
3	Borbor Licoa Norka Odalys	15.5	34.17	105
4	Chang Cassinelli Jorge Alejandro	14	30.86	106.5
5	Criollo Muñoz Romina Fiorela	19.5	42.99	114.5
6	Fariño Gallino Valentina Anahí	14.5	31.97	105
7	Figueroa Andrade Camila Francesca	18	39.68	109.5
8	Gómez Santos Bianca Daniela	17	37.48	113
9	Icaza Nath Camila Alexandra	14	30.86	105.5
10	Leyton Zambrano Hanna Sabine	15.5	34.17	113
11	Macías Duque Sofía Victoria	16.5	36.38	110
12	Meza Mindolaza Valeria Belén	20	44.09	114.5
13	Muñoz Rodríguez Daniela Nathalye	20	44.09	119
14	Ordoñez Rizo Ericka Michelle	18	39.68	111
15	Paredes Avilés Valentina Judith	20.5	45.19	109
16	Pérez Cajape Brithany Fiorella	21	46.30	112
17	Ramírez Flores Carlos Andrés	19	41.89	120.5
18	Rosales Zapata Viviane Valentina	25	55.12	117.5
19	Velasco Castañeda Darla Fernanda	20	44.09	114
20	Villacrés Martillo Agatha Celina	20.5	45.19	115

Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

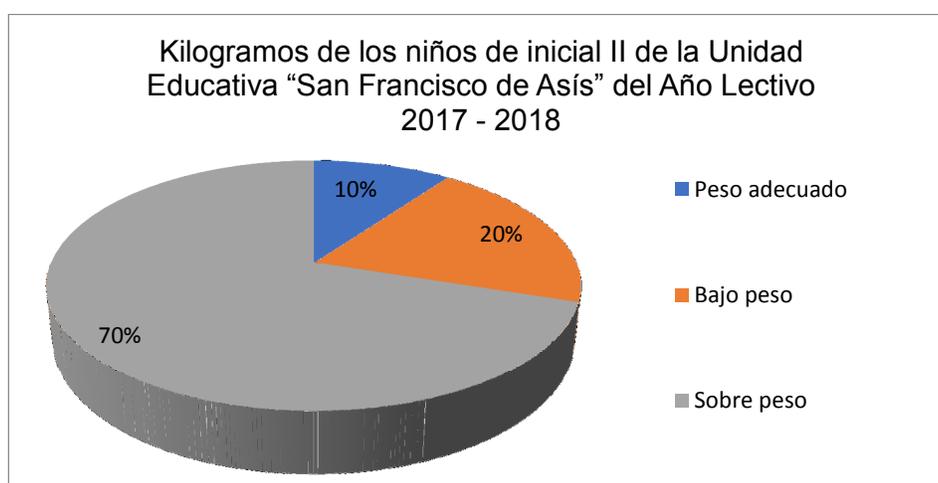
Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Kilogramos de los niños de inicial II de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís” del Año Lectivo 2017 - 2018

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Peso adecuado	2	10%
Bajo peso	4	20%
Sobre peso	14	70%
Totales	20	100%

Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal



Fuente: Unidad Educativa “San Francisco de Asís”

Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

Análisis:

Según la tabla de peso y talla de la OMS (Organización Mundial de la Salud) indica que los niños deben tener un peso adecuado de 16,07kg, su estatura 100,13cm y las niñas un peso 15,5kg, su estatura 99,14cm. Comparando con el cuadro del peso y talla que se realizó en el salón del nivel inicial II se evidencia de forma clara que un gran porcentaje equivalente al 70% mantiene un sobre peso, lo cual indica que hay que tomar medidas inmediatas para dar soluciones a este problema, mientras que el 20% se mantiene con un bajo peso y con tan solo el 10% está en el peso adecuado.

**Entrevista a Directora de la unidad educativa
“San Francisco de Asís”. Período Lectivo
2017 - 2018 de la Ciudad de Guayaquil**

1. ¿Cómo usted cree que se relaciona el aprendizaje con la nutrición de los niños de inicial II?

Muchos de los padres de familia no poseen el conocimiento necesario en relación a los alimentos que consumen los niños y aquellos que algo saben simplemente no lo ponen en práctica, el aprendizaje de cómo saber nutrir a los estudiantes es sin duda un aporte de vital importancia beneficiando de forma directa a los infantes del inicial II.

2. ¿Considera usted que los docentes están capacitados para enseñar nutrición a sus alumnos?

Considero que muchos de los docentes de la institución educativa que dirijo están lo suficientemente capacitados en cuanto al tema, aunque no está demás la actualización de los conocimientos.

3. ¿Qué tipo de actividades ejecutan los docentes de la institución que usted dirige para dar a conocer la mejor manera de nutrirse?

Entre las diferentes actividades organizadas dentro de la institución educativa se consideran reuniones con los padres de familias para tratar temas importantes como lo es la nutrición adecuada que deben tener los niños en su etapa escolar.

4. ¿Qué tipo de control realizan los docentes para el seguimiento de una correcta nutrición y desarrollo físico?

El docente que trabaja en esta institución educativa esta frecuentemente ejercitando su cuerpo, manteniendo así un buen estado físico para impartirlo dentro del aula de clases.

5. ¿Cada qué tiempo se realiza el control de peso y talla de los estudiantes?

Es común que este control se efectúe al comienzo del año lectivo y al finalizarlo, con el objetivo de conocer si ha habido alguna variante en realización a su peso y talla

6. ¿Qué medidas se toma con los resultados de peso y talla que se obtiene de los estudiantes?

Dar a conocer a los padres las diferentes varianzas que has tenido los estudiantes en cuanto al peso y talle se refiere, a su vez para que ellos tomen conciencia y control si existiere alguna anomalía.

CONCLUSIONES PRELIMINARES

- Los docentes deben fomentar buenos hábitos alimenticios, además de verificar que los estudiantes consuman un lunch adecuado y equilibrado en nutrientes para mantenerse saludables.
- Es notable que existen ciertos casos de trastornos en relación a la nutrición que los niños mantienen.
- En cuanto al desarrollo físico de los estudiantes los docentes afirman lo importante de realizar actividades corporales para estimular este desarrollo.
- Los representantes legales, deben de ser cuidadosos en la preparación de los alimentos para que los niños mantengan una dieta equilibrada.
- Es imprescindible que la institución educativa promueva talleres para mejorar el conocimiento de los padres sobre la nutrición.

CAPÍTULO IV

PROPUESTA

TÍTULO DE LA PROPUESTA

Manual nutricional para los padres de familia.

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La presente propuesta se explica frente a la problemática en relación a la nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II de la Unidad Educativa “San Francisco de Asís” del Año Lectivo 2017-2018 de la Ciudad de Guayaquil, el mismo que se ha detectado a través de los instrumentos de investigación que han permitido determinar algunos trastornos debido a mala nutrición, el bajo desarrollo físico que presenta esta problemática en la Institución educativa, en la que se va a ejecutar la propuesta.

En la propuesta queremos que los padres tomen conciencia de los alimentos que consumen los niños, conocer sus beneficios y las enfermedades que pueden presentarse a largo o corto plazo si se consume de manera constante la comida chatarra, por ese motivo se diseña un manual nutricional para los padres sobre las porciones de alimentos que se puede consumir, a su vez variarla de manera frecuente los alimentos para que sus hijos tengan buenos hábitos alimenticios.

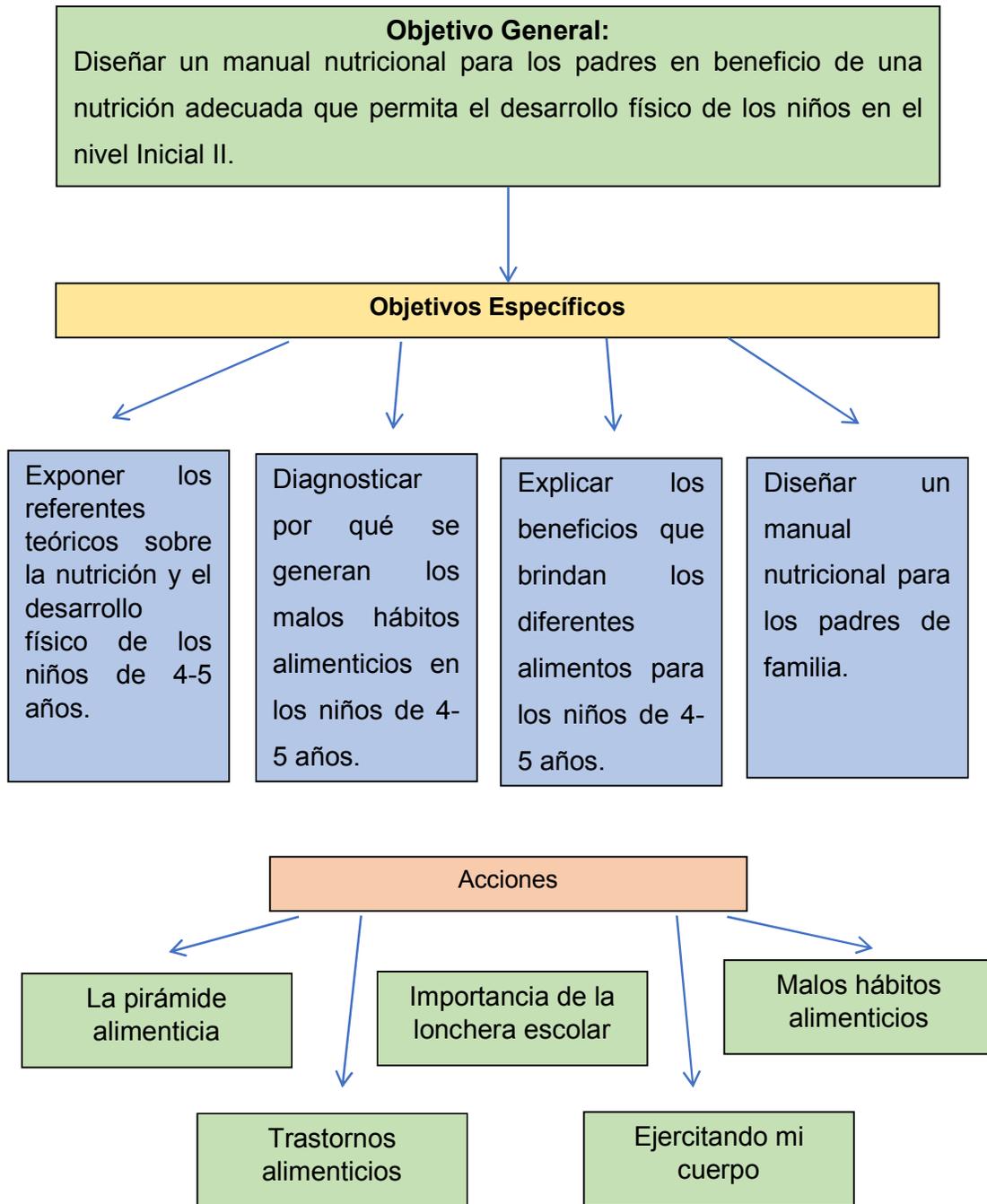
OBJETIVO GENERAL DE LA PROPUESTA

Diseñar un manual nutricional para los padres en beneficio de una nutrición adecuada que permita el desarrollo físico de los niños en el nivel Inicial II.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA PROPUESTA

- Exponer los referentes teóricos sobre la nutrición y el desarrollo físico de los niños de 4-5 años.
- Diagnosticar por qué se generan los malos hábitos alimenticios en los niños de 4-5 años.
- Explicar los beneficios que brindan los diferentes alimentos para los niños de 4-5 años.
- Diseñar un manual nutricional para los padres de familia.

LISTADO DE LOS CONTENIDOS Y ESQUEMA DE LA PROPUESTA



Elaborado por: Katheryn Dennis Medina González y Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

**DESARROLLO DE LA PROPUESTA
MANUAL NUTRICIONAL PARA LOS PADRES DE FAMILIA.**

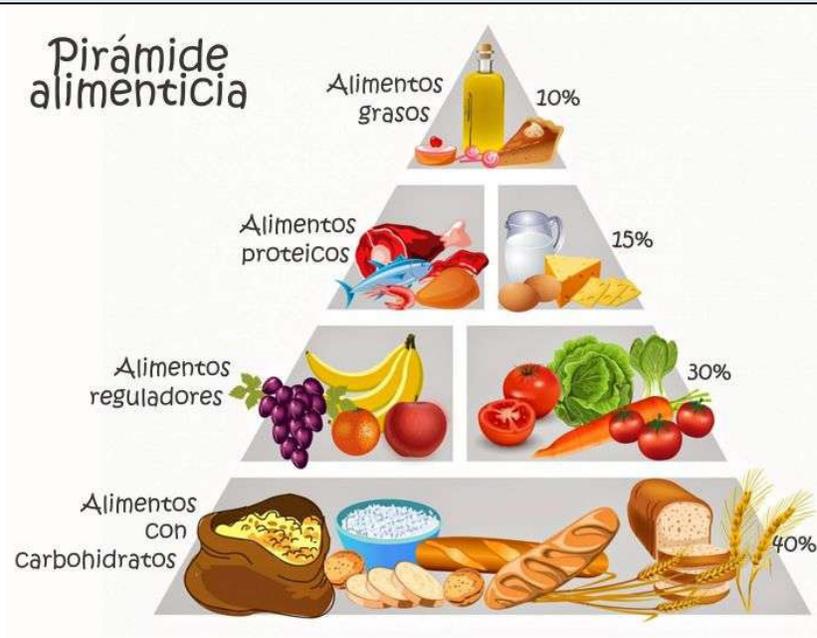


Autoras:

Katheryn Dennis Medina González - Cristina Elizabeth Vasquez Villarreal

TALLER N°. 1

Tema: La pirámide alimenticia.



recuperado de: <https://www.fuentesaludable.com/wp-content/uploads/2016/11/piramide-alimenticia.jpg>

Objetivo: Identificar los diferentes grupos alimenticios y sus nutrientes.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- **Saludo de bienvenida:**

Se considera necesario establecer un ambiente agradable para crear empatía con los padres de familia, de tal manera que se logre una mayor atención sobre la información que se va a compartir y sentirán confianza para exponer sus inquietudes.

- **Técnica de presentación: “Quien soy”**

Esta técnica tiene como objetivo que los padres de familia se presenten, es decir que digan su nombre y a qué se dedican, así como que digan el nombre de su hijo/a para que se puedan conocer entre todos los presentes, de tal forma que se dará inicio con el taller, donde se generará un ambiente cómodo para los padres de familia.

- **Introducción:**

Presentación de un video sobre la pirámide alimenticia, así como de los grupos que la conforman.

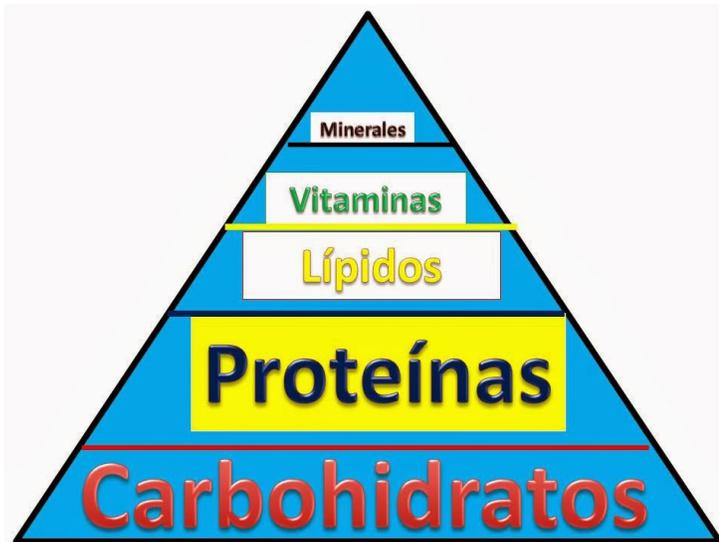
<https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw>

Preguntas de reflexión

1. ¿Conocía usted sobre la pirámide alimenticia?
2. ¿Cuáles son los grupos que lo conforman?
3. ¿Sabía usted los beneficios de cada uno de los alimentos?
4. ¿Qué aprendió sobre el video observado?

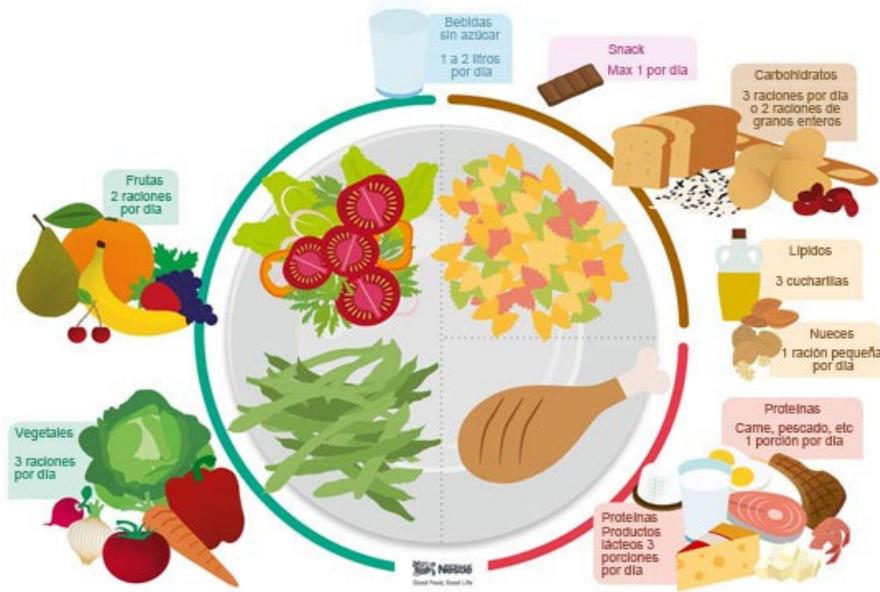
- **Exposición:**

La maestra explicará a través de la imagen de la pirámide alimenticia sobre cuál debe ser la cantidad de los diferentes grupos de alimentos que deben consumirse a diario.



recuperado de: <http://4.bp.blogspot.com/-PdtU8so4gfo/UvvZZ0Ec0SI/AAAAAAAAACqc/a2iuoZ07r18/s1600/3piramide.jpg>

Así también, la maestra explica que se debe tener cuidado con las porciones que les damos a los niños ya que la alimentación varía de acuerdo a la edad que posee el infante; para lo cual, la docente expondrá como dividir las diferentes porciones que se debe consumir al día a través de alimentos reales o cartillas.



recuperado de. <http://www.empresa.nestle.es/asset-library/PublishingImages/nutricion-salud-bienestar/fundamentos-de-nutricion/plato-rationes.jpg>

Para tener un pequeño concepto de cómo debe ser la alimentación diaria se presenta a los padres un listado de lo que se debe consumir por día.

- Bebidas sin azúcar 1 o 2 litros por día
- Snack máximo 1 por día.
- Carbohidratos 3 raciones por día o 2 raciones de granos enteros.
- Proteínas carne, pescado, etc. 1 porción por día.
- Proteínas – productos lácteos 3 porciones al día.
- Vegetales 3 porciones por día.
- Frutas 2 porciones por día.

Luego, la maestra detalla información sobre los aportes nutricionales de los alimentos. Los nutrientes son todas las sustancias que nos brindan los alimentos y su clasificación es:

Hidratos de carbono o glúcidos: Son los que brinda energía a nuestro cuerpo y a su vez funciona como reserva energética las cuales pueden ser: cereales, remolacha, caña de azúcar, miel y fideos.

Proteínas: Ayuda en el crecimiento y reparación de los tejidos como: la carne, el huevo, pescado y los lácteos.

Grasas o lípidos: Son aquellos que producen energía para nuestro cuerpo, también facilita el transporte de algunas vitaminas que forman parte de algunas hormonas y membranas celulares las cuales pueden ser: manteca, tocino, aceite de oliva y girasol.

Vitaminas y minerales: Nos ayuda en el proceso metabólico de nuestro organismo y son: el limón, la naranja, manzana, piña, lechuga y tomate.

Agua: Es importante consumir una cantidad suficiente de agua de manera diaria para tener un correcto funcionamiento de los procesos de asimilación sobre todo para eliminar los residuos del metabolismo celular.

- Técnica de recreación: Canción: “La mane”

El objetivo de esta dinámica es para que los padres de familia no se sientan aburridos sino más bien que se recreen por un momento, así como lo hacen sus hijos después de una clase, esto ayudará a que los padres se mantengan con los ánimos para seguir con el taller de la pirámide alimenticia.



recuperado de: https://i.ytimg.com/vi/nNxhKL_1-IY/hqdefault.jpg

- **Recursos:**
 - Gigantografía de la pirámide alimenticia
 - Proyector
 - Video
 - Canción de la mane

- **Evaluación:**

Formar grupos de 5, para que elaboren un collage de la pirámide alimenticia, clasificando en sus diferentes grupos alimenticios y luego exponerlo al público del taller ejecutado.

- **Conclusiones y recomendaciones:**

- **Conclusiones:**

Conocer clasificación de los alimentos y las cantidades que nuestro cuerpo necesita consumir de manera diaria. La Pirámide Alimenticia es esencial para mantener un buen estado de Salud.

- **Recomendaciones:**

Una de las recomendaciones que se les debe dar a los padres de familia es que aprendan a utilizar la pirámide alimenticia y cada una de las porciones de los diferentes grupos alimenticios, que se debe consumir a diario y no olvidar que el consumo de agua que es indispensable y primordial para el organismo.

TALLER N°. 2

Tema: Importancia de la lonchera escolar



recuperado de: <http://cde.3.elcomercio.pe/ima/0/1/3/3/0/1330926.jpg>

Objetivo: Dar a conocer a los padres de familia como se debe preparar una lonchera escolar.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- **Saludo de bienvenida.**

Siempre ser participativo, respetando las reglas de las actividades que se ejecuten, manteniendo una armonía de todos los padres de familia y docente.

- **Técnica de presentación: “Me llamo”.**

Esta técnica tiene como objetivo la participación de todos los integrantes del grupo y consiste en formar un círculo, luego se infla un globo, solicitamos que se vayan pasando el globo unos a otros por el aire diciendo su nombre. Una vez que están todos presentados, pedimos que lo sigan pasando, diciendo el nombre de algún compañero utilizando consigna: Luis pasa el globo utilizando tu cabeza, María pasa el globo utilizando el pie etc.

- **Introducción:**

La docente incentiva a los padres a armar una lonchera escolar, para ello se les facilitará cartillas de los diferentes grupos alimenticios, ellos tendrán tres minutos para elaborar la lonchera para sus hijos. Cada padre

presentará como está conformada su lonchera y los demás darán su comentario.

Luego se procederá a observar un video acerca de una lonchera escolar equilibrada para los niños.

Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=vyQXOXVCzBw>

Preguntas de reflexión

1. ¿Qué tal le pareció el video observado?
2. ¿Qué tipo de alimentos conforman la lonchera escolar de sus hijos?
3. ¿Qué alimentos debe contener una lonchera escolar?
4. ¿Cuál es la porción apropiada que debe comer un niño?
5. ¿Comparar el video observado con la lonchera nutritiva que cada padre elaboró?
6. ¿Por qué es importante enviar una lonchera nutritiva a su hijo?

- **Exposición:**

Este taller tiene como propósito que los padres de familia sepan que existen muchos alimentos que alteran el desarrollo físico y nutritivo en los niños, por tal motivo es indispensable conocer cuáles son los beneficios que tiene cada alimento.

Beneficios de los alimentos:

Las personas debemos ser conscientes de cuántas veces comemos a la semana los diferentes alimentos como: carne, pescados, huevos, legumbres y proteínas vegetales, ya que estas deberían estar repartidas aproximadamente a partes iguales para que nuestro organismo funcione correctamente.

Consecuencia de consumir alimentos no adecuados:

La comida chatarra tiene un sabor incomparable para el paladar de las personas, lo que hace desear cada vez más su consumo. Sin embargo, este tipo de alimentos, carentes de vitaminas y nutrientes, favorece al desarrollo de enfermedades, las cuales ponen en riesgo su vida.

- **Técnica de recreación: Canción: “Para crecer debemos comer”.**

El objetivo de esta canción es fomentar el consumo de los diferentes

alimentos, los cuales brindan grandes beneficios a sus hijos. Los padres bailarían y cantarían la canción para recordar los diversos alimentos que se deben consumir.



Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=vZq5aNISobs>

- **Recursos:**

Cartillas

Proyector

Canción

Interrogantes

Cuento

- **Evaluación:**

La maestra le narra a los padres de familia un cuento sobre los alimentos saludables que se debe consumir a diario, por ejemplo: Frutas, verduras, carbohidratos y vitaminas. Luego de narrar el cuento a los padres les realiza las siguientes preguntas:

¿Cuántas veces consume alimentos en el día?

¿Qué clase de alimentos consume a diario?

Después la docente motiva a todo el grupo a realizar una dramatización sobre “Somos los alimentos nutritivos y no nutritivos” cada padre de familia se pegará una cartilla de cada alimento en la parte frontal de su cuerpo y

explicará los beneficios e importancia del alimento que le correspondió y cuál es la porción que se debe consumir de dicho alimento.

- **Conclusiones y recomendaciones:**

Conclusiones:

Para finalizar se explicará a los padres sobre la importancia que tienen los diferentes alimentos que deben enviar en la lonchera escolar de sus hijos.

Recomendaciones:

La maestra motivará a los padres de familia para que eviten enviar y consumir comidas chatarras, bebidas artificiales ya que es perjudicial en la salud y en el desarrollo físico de los niños.

TALLER N°. 3

Tema: Malos hábitos alimenticios.



recuperado de: <http://3.bp.blogspot.com/-kFqikpyMwVs/VBpIR24pFBI/AAAAAAAAABw/iUSqNZdmXnl/s1600/bebes-obesos.jpg>

Objetivo: Conocer los malos hábitos de los diferentes alimentos que consumen los niños.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- **Saludo de bienvenida:**

Se debe favorecer el vínculo social entre la docente y los representantes para que cada día se vayan conociendo un poco más.

- **Técnica de presentación: “Mensaje de la espalda”.**

Compiten 2 grupos sentados en fila india. El animador presenta un dibujo sencillo al último integrante de cada equipo, este debe pasar la información al compañero de adelante realizando el dibujo en su espalda y así sucesivamente hasta llegar al primer participante el cual expresará el dibujo utilizando marcador y hoja A3. Los participantes observarán el dibujo realizado y comentarán si la información llegó de manera adecuada.

- **Introducción:**

La docente entregará 2 cartillas a cada padre de familia, en la primera cartilla estarán los alimentos saludables y nutritivos, la segunda cartilla tendrá alimentos no saludables, luego escogen la cartilla con la imagen de la comida que a menudo prefiere consumir su hijo.

Preguntas de reflexión

1. ¿Conoce usted acerca de los malos hábitos alimenticios?
2. ¿Identifica usted los alimentos saludables y no saludables?
3. ¿Le gustaría conocer a fondo sobre este tema y por qué?

- **Exposición:**

La maestra explicará por medio de charla sobre los malos hábitos alimenticios, sus consecuencias a largo y corto plazo, de esta forma se previene de enfermedades que se presentan a menudo como:

Diabetes: Esta enfermedad se asocia con el sedentarismo, las comidas calóricas y ricas en grasas saturadas, etc.

Osteoporosis: Los azúcares, las carnes y las grasas favorecen el desarrollo de la enfermedad.

Cáncer: El exceso de grasa y poco contenido de fibra, incrementa el riesgo cáncer de colon y estómago.

Sobrepeso y Obesidad: La principal causa del incremento de peso es la ingesta superior a las necesidades del organismo, especialmente en lo que refiere a grasas, azúcares y harinas.

Hipertensión Arterial: El exceso de grasas y sal en la alimentación impide la correcta circulación de la sangre, lo que puede llevar a accidentes cardiovasculares con consecuencias que incluyen infartos.

- **Técnica de recreación: Canción: “Había un sapo, sapo, sapo”.**

El objetivo de esta dinámica es para que los padres de familia interactúen entre sí por medio de la música, mantiene su concentración de principio a fin ya que la música tiene diferentes tiempos rítmicos lento, medio y rápido.

HABÍA UN SAPO

HABÍA UN SAPO, SAPO, SAPO,
QUE NADABA EN UN RÍO, RÍO, RÍO,
CON SU TRAJE VERDE, VERDE, VERDE,
SE MORÍA DE FRÍO, FRÍO, FRÍO.

LA SEÑORA SAPA, SAPA, SAPA,
ME CONTÓ O O,
QUE TENÍA UN AMIGO
QUE ERAS TÚ.



recuperado de: <http://3.bp.blogspot.com/-jqkPCp6h1LQ/VMFKPSyCt3I/AAAAAACOtE/G6rw0tqJRFA/s1600/24-11-2013%2B23.11.56%2B2.jpg>

- **Recursos:**

Cartillas de los alimentos saludables y no saludables

Proyector

Pendrive

Canciones

Hoja A3

Marcadores

Goma

Tijeras

Revistas

Papelotes

- **Evaluación:**

La docente arma grupos para elaborar crucigramas y llenarlos acerca de las enfermedades que se producen por causa de los malos hábitos alimenticios con: Diabetes, osteoporosis, cáncer, obesidad, hipertensión arterial. El padre de familia que realice primero el crucigrama ganará un premio “Kit de lunch nutritivo”.

- **Conclusiones y recomendaciones:**

Conclusiones:

La docente determina las principales causas y problemas que ocasionan los malos hábitos alimenticios.

Recomendaciones:

Se verbaliza a los padres que deben evitar malos hábitos alimenticios para impedir el consumo de alimentos no saludables.

TALLER N°. 4

Tema: Trastornos alimenticios



recuperado de: <http://serpadres.com/imgs/images/image-17973.jpg>

Objetivo: Identificar signos y síntomas de trastornos alimenticios en los niños.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- **Saludo de bienvenida:**

Se promueve el diálogo y la participación de todos los padres de familia para que exista un clima de intercambio de ideas.

- **Técnica de presentación: Dinámica “Tierra, mar y aire”.**

Para esta técnica los padres deben formar una fila, la docente explica la dinámica que consiste en ir contando una historia y cada vez que mencione algo relativo al aire, ejemplo un avión, las personas de la fila deben dar un paso a la izquierda, cada vez que mencione algo relativo el agua, por ejemplo, un pez ha de dar un paso a la derecha y si se menciona la tierra ha de dar un paso en el centro. Los padres deben realizar el juego siguiendo las instrucciones dadas. Si alguien se equivoca deberá salir de la fila. Ganan los que hayan permanecido en la fila sin equivocarse.

- **Introducción:**

La maestra realiza la presentación de un video sobre los diversos tipos de trastornos alimentarios en los niños.

Preguntas de reflexión:

1. ¿Qué son los trastornos de alimentación?
2. ¿Conoce usted familiar con algún tipo de trastorno alimenticio?
3. ¿Posee alguna experiencia en relación con el video observado?
4. ¿Sus hijos han padecido algún tipo de problemas alimenticios?
5. ¿Sabe a quién acudir en caso de que se presente algún trastorno alimenticio?

- **Exposición:**

La docente va a organizar un diálogo sobre los diferentes trastornos alimenticios que conocemos o escuchamos en la actualidad.

Anorexia: Esto implica un miedo extremo de ganar peso o un temor a engordar. A pesar que estos individuos pueden ser muy delgados o incluso peligrosamente bajo de peso, se ven a sí mismos como “gordos”.

La Bulimia: Temor en tener exceso de peso, después de haber comido compulsivamente, la persona trata de deshacerse de lo comido provocándose el vómito.

Atracones o Comer Compulsivamente: Ellos comen en excesos por sentimientos de culpa pueden que sea más fácil para la persona comer en exceso una vez más.

- **Técnica de recreación: Canción: “Soy una taza”.**

El objetivo de esta dinámica es que los padres participen e imiten los pasos que indica la canción sin equivocarse, ya que si se equivoca y realiza un mal paso de baile automáticamente queda descalificado.



recuperado de: <http://patucosypatas.blogspot.com/2010/12/soy-una-taza.html>

- **Recursos:**

Proyector

Video

Pendrives

Canciones

Imágenes

Láminas

Tijera

Goma

Papelotes

- **Evaluación:**

La docente propone a los padres de familia la creación de un cuento sobre los trastornos alimenticios, luego ella les muestra unos ejemplos de cuentos elaborados por los niños para que los padres observen cómo organizar su propio cuento. La maestra les facilitará: ilustraciones, hojas, lápices, fotos, colores, tijera, goma, etc. Al final, se seleccionará algunos padres para que narren sus cuentos.

- **Conclusiones y recomendaciones:**

Conclusiones:

Motivar a los padres a seguir empapándose acerca del tema, ya que es muy importante conocerlo para evitar problemas en un futuro con su hijo.

Recomendaciones:

Si observa o presenta algún síntoma de algún trastorno, buscar ayuda profesional para diagnosticar a tiempo y evitar complicaciones con su hijo.

TALLER N°. 5

Tema: Ejercitando mi cuerpo



recuperado de: https://st.depositphotos.com/1526816/2492/v/950/depositphotos_24927103-stock-illustration-two-young-girls-exercising-and.jpg

Objetivo: Fomentar el deporte y ejercicios en los niños para potenciar su desarrollo físico.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- **Saludo de bienvenida:**

Estimular a los padres de familia en el desarrollo de la expresión corporal para que vayan tomando confianza entre sí y de esta manera formar un ambiente agradable.

- **Técnica de presentación: “Simón dice:”**

Esta técnica tiene como objetivo que la docente dicta diferentes consignas, las cuales deben ser ejecutadas por los padres de familia simón dice tocarse la cabeza, simón dice pararse etc.

- **Introducción:**

Formar bailo terapia

Presentación de un video sobre los beneficios que tiene el hacer ejercicios físicos.

recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=EM8glByz-VE>

Preguntas de reflexión:

1. ¿Por qué es importante el ejercicio físico?
2. ¿Cuántos días a la semana usted realiza ejercicios o actividades físicas?
3. ¿Mencione los miembros de su familia quienes realizan ejercicios físicos?
4. ¿Qué significa mantener el cuerpo en movimiento?
5. ¿Cómo debemos cuidar el cuerpo humano?
6. ¿Usted cuida su cuerpo?

Exposición:

La docente explicará a los padres sobre la importancia de realizar ejercicios físicos para que los padres de familia entiendan y comprendan que el realizar ejercicios ayudan en el desarrollo físico del cuerpo, y que el mantenerse en constante movimiento se favorece que los niños vayan creciendo en estatura, y fortalecen sus huesos, así como también sirven para evitar cualquier tipo de enfermedades.

- **Técnica de recreación: Dinámica “Moviendo el cuerpo”.**

El objetivo de esta dinámica es para que los padres de familia no se sientan aburridos sino más bien que se recreen por un momento, así como lo hacen sus hijos después de una clase. Esto ayudará a que los mismos se mantengan con los ánimos para seguir con el taller. Para ello la maestra pondrá un remix de música y los padres bailarán libremente.



- **Recursos:**

Láminas de los diferentes deportes

Cartillas de ejercicios físicos

Proyector

Video

Música

Tarros de leche

Soga

Arco de tubo PVC

Ula

Pelota

- **Evaluación:**

Los padres deben realizar diferentes ejercicios físicos utilizando obstáculos (pelotas, barras, sogas, ula ula, tarros de leche etc.) para determinar el estado físico y establecer compromisos para empezar rutinas de ejercicios.

- **Conclusiones y recomendaciones:**

Conclusiones:

Los ejercicios físicos se deben practicar desde pequeños porque ayudan en su crecimiento y formación corporal.

Recomendaciones:

Se recomienda que los padres realicen bailo terapias en compañía de sus hijos, para mantener un cuerpo estable, ágil y saludable.

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Yo, PhD. MARGARITA LEÓN GARCÍA, con cédula de ciudadanía 0960023711 en respuesta a la solicitud realizada por las egresadas

KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ
CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL

de la Carrera de Educación Mención Parvularia, Facultad de Educación de la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil, para validar la propuesta de su proyecto de titulación denominada:

“MANUAL NUTRICIONAL PARA LOS PADRES DE FAMILIA”

Después de haber leído y analizado el documento puedo manifestar que es apropiado para la institución en mención y tiene la aplicabilidad necesaria para este proyecto.



PhD. MARGARITA LEÓN GARCÍA
C.C. 0960023711

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

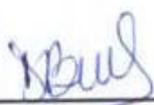
Yo, MSc. DUNIA BARREIRO MOREIRA, con cédula de ciudadanía 0914280839 en respuesta a la solicitud realizada por las egresadas

KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ
CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL

de la Carrera de Educación Mención Parvularia, Facultad de Educación de la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil, para validar la propuesta de su proyecto de titulación denominada:

“MANUAL NUTRICIONAL PARA LOS PADRES DE FAMILIA”

Después de haber leído y analizado el documento puedo manifestar que es apropiado para la institución en mención y tiene la aplicabilidad necesaria para este proyecto.



MSc. DUNIA BARREIRO MOREIRA
C.C. 0914280839

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Yo, PHD. IDA HERNÁNDEZ CIRIANO, con cédula de ciudadanía 0151189529 en respuesta a la solicitud realizada por las egresadas

KATHERYN DENNIS MEDINA GONZÁLEZ
CRISTINA ELIZABETH VASQUEZ VILLARREAL

de la Carrera de Educación Mención Parvularia, Facultad de Educación de la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil, para validar la propuesta de su proyecto de titulación denominada:

“MANUAL NUTRICIONAL PARA LOS PADRES DE FAMILIA”

Después de haber leído y analizado el documento puedo manifestar que es apropiado para la institución en mención y tiene la aplicabilidad necesaria para este proyecto.



PHD. IDA HERNÁNDEZ CIRIANO
C.C. 0151189529

IMPACTO / BENEFICIO / RESULTADOS

Impacto

La aplicación de la propuesta es “Diseñar un manual nutricional para los padres en beneficio de una nutrición adecuada que permita el desarrollo físico de los niños en el nivel Inicial II”, que tendrá un impacto en los niños y en los padres de familia ya que aprenderán diferentes alternativas para una alimentación nutritiva y de esta manera se buscará que los infantes alcancen un buen desarrollo físico.

Beneficio

La presente propuesta es de total beneficio para los estudiantes, representantes legales y los docentes de la institución, debido a que los talleres han sido diseñados para crear un ambiente motivador y mejorar los lazos entre los padres. Además, se quiere lograr con los representantes legales conozcan sobre una correcta nutrición y cómo todos los alimentos aportan al crecimiento y peso de los niños. De igual forma se incentiva para realizar ejercicios corporales para tener un desarrollo adecuado.

Resultado

Con la aplicación de la propuesta guía “Diseñar un manual nutricional para los padres en beneficio de una nutrición adecuada que permita el desarrollo físico de los niños en el nivel Inicial II”, se obtendrá que los representantes legales reflexionen sobre la nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II. El efecto se verá a mediano plazo como resultado de los nuevos conocimientos para hacer una dieta balanceada para los estudiantes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- El presente proyecto educativo evidenció la importancia de la nutrición para el desarrollo de físico de los estudiantes del subnivel II.
- Se demostró que una dieta equilibrada en los niños de 4 años, aporta una mejora en el desempeño en las actividades diarias realizadas en sus hogares y en la propia institución educativa.
- Los representantes legales necesitan la orientación al momento de elaborar los alimentos para sus hijos.
- La docente ocupa un rol importante en la orientación a los padres sobre la alimentación.

Recomendaciones:

- Los padres de familia deben esforzarse para alimentar de manera adecuada a sus hijos.
- Los docentes deben de verificar que los estudiantes consuman un lunch adecuado y equilibrado para mantener una alimentación saludable.
- Los padres de familia deben de ser cuidadosos en la preparación y combinación de los alimentos que consumen los niños para mantener una dieta equilibrada en los mismos.
- Es imprescindible que la institución educativa promueva talleres a toda la comunidad educativa sobre la alimentación y la nutrición.

Referencias Bibliográficas

- Algueró, M. (4 de Abril de 2017). *Pesos y estatura del bebé, niño y niña*. Obtenido de https://www.guiainfantil.com/salud/embarazo/tabla_pesos.htm
- Armendaris, H. (20 de Marzo de 2016). Desarrollo físico y salud. Programa de estudio 2011. Obtenido de <http://www.smri.org.mx/memorias/rad2016/conferencias/4.pdf>
- Avendaño, L. I. (18 de Marzo de 2014). Importancia del peso y la talla en niños. Obtenido de <http://www.lalancherademihijo.org/docentes/importancia-peso-talla.asp>
- Bello, O. (4 de Agosto de 2014). La ingestión, la digestión y la absorción. Obtenido de <https://prezi.com/gofswixtdf2w/la-ingestion-la-digestion-y-la-absorcion/>
- Bueno, M. (2013). *La musculación en los niños*. Ginebra: Edit Mercury.
- Butler, M. (11 de Marzo de 2010). Creación de un entorno de aprendizaje adecuado para niños. Obtenido de http://extensiononline.tamu.edu/online_course_material/Course236/file/learningenvironmentspanish.pdf
- Chanelle, R. (22 de Abril de 2010). La buena nutrición en la familia. Obtenido de <http://delicioso-simpleydulce.blogspot.com/>
- Escribano, A. (2015). *Aprende a comer y a controlar tu peso*. Madrid: Eduedit.
- Esther Martínez, G. (s.f.).
- Estrella, K. (10 de Octubre de 2013). Fisiología de la defecación. Obtenido de <https://prezi.com/nvmiycwnp71c/fisiologia-de-la-defecacion/>
- FAO. (2015). *Los macronutrientes y micronutrientes*.
- García, S. (19 de Enero de 2014). Procesos de la nutrición. Obtenido de <http://lamalledesvt.chispasdesal.es/el-proceso-de-nutricion-en-los-animales/>

- Garzón, C. (12 de Abril de 2017). Conoce la importancia de la nutrición en nuestra salud. Obtenido de <http://www.esbachayitogarzon.edu.mx/blog/conoces-la-importancia-de-la-nutricion-en-nuestra-salud/>
- Herández. (s,f). Nutrición: Conceptos y clasificación. Obtenido de <http://www.inatacion.com/articulos/nutricion/nutricion1.html>
- Juárez, L. (22 de Julio de 2015). Importancia del desarrollo físico y cognitivo. Obtenido de <http://slideplayer.es/slide/5908299/>
- Lidueñez, P. (25 de Septiembre de 2013). Desarrollo físico y psicomotor en la etapa infantil. Obtenido de <https://prezi.com/ykagiefhtd4j/desarrollo-fisico-y-psicomotor-en-la-etapa-infantil/>
- Llop, X. (14 de Julio de 2011). La alimentación según Maslow. Obtenido de <http://www.publicidadysalud.com/2011/07/la-alimentacion-segun-maslow/>
- López, V. (27 de Mayo de 2016). La digestión. Obtenido de <https://www.onmeda.es/nutricion/digestion.html>
- Lozano, L. (2015). Proyecto Educativo para Potenciar la Alimentación Sana de los Alumnos de Educación Infantil. Loja - Ecuador:
https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2865/Laura_Lozano_Albalate.pdf?sequence=1.
- Luigi, S. (2011). Diccionario Médico. En S. Luigi. Barcelona - España: Editorial Teide.
- Mandal, A. (4 de Julio de 2012). ¿Qué es la anemia? Obtenido de [https://www.news-medical.net/health/What-is-anemia-\(Spanish\).aspx](https://www.news-medical.net/health/What-is-anemia-(Spanish).aspx)
- Martínez, J. (2012). Nutrición y Alimentación en el ámbito educativo. En J. Martínez. Madrid - España: Majadahonda .
- Mas, M. (17 de Diciembre de 2015). Neuronas de crecimiento. Obtenido de Clasificación de las etapas del neurodesarrollo:
<https://neuropediatra.org/2015/12/16/etapas-del-neurodesarrollo/>

- Mayordomo, I. (10 de Mayo de 2012). Nutrición Terapia Nutricional. Obtenido de <http://www.saludterapia.com/glosario/d/74-nutricion.html>
- Michelle, J. (Octubre de 2014). Los trastornos de la alimentación. Obtenido de <https://kidshealth.org/es/teens/eat-disorder-esp.html>
- O.M.S. (2015). La nutrición. Obtenido de <http://www.who.int/topics/nutrition/es/>
- Obreque, A. (30 de Noviembre de 2010). Desarrollo oseo. Obtenido de <https://es.slideshare.net/albertoobreque/desarrollo-seo>
- Office on Women's Health. (18 de Febrero de 2017). Aptitud física y salud. Obtenido de Principios básicos de la nutrición: <https://espanol.womenshealth.gov/fitness-and-nutrition/nutrition-basics>
- Pereira, M. (15 de Julio de 2008).
- Pérez, A. (2015). Influencia del estado nutricional en el desarrollo integral en niños 2 a 3 años. Guía de educación nutricional infantil para educadores y padres de familias. Guayaquil - Ecuador.
- Pérez, Y. (28 de Septiembre de 2017). El dietista. Obtenido de Absorción de Nutrientes: <https://eldietista.es/blog/curso-nutricion-dietetica/absorcion-de-nutrientes>
- Pozo, J. (8 de Mayo de 2014). El crecimiento en los niños. Obtenido de <http://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/crecimiento-en-ninos>
- Quidate Plus. (11 de Febrero de 2016). Obesidad. Obtenido de <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/digestivas/obesidad.html#ques>
- Recio, R. (17 de Enero de 2013). El niño de 3 a 6 años: desarrollo físico, cognitivo y social. Obtenido de https://blogs.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/relacion-padres-e-hijos/2013-01-17/el-nino-de-3-a-6-anos-desarrollo-fisico-cognitivo-y-social_205001/

- Rivas, M. (22 de Octubre de 2016). Importancia de la actividad física en el desarrollo infantil. Obtenido de <https://canalchupete.com/actividad-fisica-desarrollo-infantil/>
- Rizzo Tania, I. V. (2016). LA NUTRICIÓN INFANTIL EN LA JORNADA ESCOLAR Y SU INCIDENCIA EN LOS APRENDIZAJES DE LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA MODERNA, CANTÓN MILAGRO AÑO LECTIVO 2015 - 2016. Guayaquil.
- Rufino, N. (19 de Julio de 2013). Alimentación sana y actividad física. Obtenido de <https://www.il3.ub.edu/blog/la-alimentacion-sana-y-actividad-fisica-para-prevencion-y-mejorar-la-calidad-de-vida-de-nuestro-cuerpo/>
- SAIN. (s.f.). Beneficios de una alimentación sana. Obtenido de <http://sain.mx/index.html>
- Torrera, M. (11 de Septiembre de 2015). Comer con salud. Obtenido de <https://comeconsalud.com/alimentacion-nutricion/la-alimentacion-que-favorece-el-desarrollo-muscular/>
- Tovar, J. (3 de Mayo de 2016). La importancia de la nutrición en la edad escolar. Obtenido de <http://www.efesalud.com/la-nutricion-en-la-edad-escolar/>
- Unicef. (2011). La desnutrición infantil. España: Unicef España.
- Velasco, M. (2 de Septiembre de 2015). Alimentos y Nutrientes. Obtenido de <https://prezi.com/qnsxlp9mu4gm/conceptos-generales-de-alimentos-y-nutrientes/>
- Yanez, D. (s,f). Investigación Explicativa:Características, Técnicas y Ejemplos. Obtenido de <https://www.lifeder.com/investigacion-explicativa/>
- Zambrano, A. (18 de Septiembre de 2012). Ciencia Avanzada. Obtenido de La anemia: http://arianitazambrano.blogspot.com/2012/09/la-anemia_18.html

ANEXO 1: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Niños en la hora del lunch consumiendo alimentos no nutritivos: Snack, grasas, etc.



Niños en la hora del lunch consumiendo alimentos no nutritivos: Bebidas con colorantes artificiales, etc.



Campaña nutritiva dirigida por el departamento médico de la institución educativa, niños en la hora del lunch consumiendo alimentos nutritivos: Frutas. Yogurt, leche, etc.



Finalizando la campaña nutritiva dirigida por el departamento médico de la institución educativa, niños en la hora del lunch consumiendo alimentos nutritivos: ensalada de frutas.

ANEXO 2
INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
UNIVERSIDAD LAICA
VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN CARRERA: PÁRVULOS
ENCUESTA

Dirigida a: los docentes “Unidad Educativa San Francisco de Asís”, Zona 8, del Año Lectivo 2017-2018 de la Ciudad de Guayaquil.

Objetivo: Determinar el conocimiento de los hábitos alimenticios que poseen los estudiantes.

Instrucciones para contestar de manera correcta las preguntas: Coloque con una (x), la respuesta correcta según su opinión.

CONTROL DE CUESTIONARIO

Núm. Encuesta: Fecha Encuesta:

CARACTERÍSTICAS DE IDENTIFICACIÓN

1. Edad 2. Género Femenino Masculino 3. Educación Profesora Licenciatura Maestría, Doctorado Otros

1. ¿Es imprescindible fomentar hábitos nutricionales en los niños para un buen desarrollo físico?

- Siempre
 Casi siempre
 A veces
 Casi nunca
 Nunca

2. ¿Existe antecedentes de estudiantes que presenten algún tipo de trastorno de nutrición?

- Anemia
 Obesidad
 Desnutrición
 Diabetes
 Ninguna

3. ¿Qué tipos de alimentos llevan los estudiantes del nivel inicial en su lonchera escolar?

- Vegetales
 Frutas
 Jugos Naturales
 Lácteos
 Coladas
 Chatarra
 Otros _____
 Todas las anteriores

4. ¿Cómo afecta una mala nutrición en los niños de Inicial II?

- En el aprendizaje
 Desarrollo físico
 Ninguna

5. ¿Una mala nutrición ocasiona un escaso rendimiento escolar y anímico?
- Siempre
 - Casi siempre
 - A veces
 - Casi nunca
 - Nunca
6. ¿Los estudiantes presentan un desarrollo físico acorde a su edad?
- Siempre
 - Casi siempre
 - A veces
 - Casi nunca
 - Nunca
7. ¿Es conveniente que los docentes realicen ejercicios corporales orientando a un desarrollo físico adecuado?
- Siempre
 - Casi siempre
 - A veces
 - Casi nunca
 - Nunca
8. ¿Un insuficiente desarrollo físico origina un escaso rendimiento escolar y anímico?
- Siempre
 - Casi siempre
 - A veces
 - Casi nunca
 - Nunca
9. ¿La institución educativa promueve actividades extracurriculares para promover un desarrollo físico adecuado?
- Siempre
 - Casi siempre
 - A veces
 - Casi nunca
 - Nunca
10. ¿Considera que los talleres de nutrición serían de utilidad para que los padres se orienten de manera correcta en cuestiones alimenticias?
- Muy de acuerdo
 - De acuerdo
 - Indiferente
 - En desacuerdo
 - Muy en desacuerdo
11. ¿La aplicación de talleres de nutrición beneficiará el desarrollo físico de los niños de inicial II?
- Muy de acuerdo
 - De acuerdo
 - Indiferente
 - En desacuerdo
 - Muy en desacuerdo

**UNIVERSIDAD LAICA
VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN CARRERA: PÁRVULOS
ENCUESTA**

Dirigida a: los representantes legales de la "Unidad Educativa San Francisco de Asís", Zona 8, del Año Lectivo 2017-2018 de la Ciudad de Guayaquil.

Objetivo: Determinar el conocimiento de los padres de familia sobre los diversos alimentos nutricionales.

Instrucciones para contestar de manera correcta las preguntas: Coloque con una (x), la respuesta correcta según su opinión.

CONTROL DE CUESTIONARIO

Núm. Encuesta: Fecha Encuesta:

CARACTERÍSTICAS DE IDENTIFICACIÓN

1. Edad 2. Género Femenino Masculino 3. Educación Profesora Licenciatura Maestría, Doctorado Otros

1. ¿La institución educativa le brinda orientación sobre la nutrición de sus hijos?

- Siempre
 Casi siempre
 A veces
 Casi nunca
 Nunca

2. ¿Cómo afecta una mala nutrición en sus hijos?

- En el aprendizaje
 Desarrollo físico
 Ninguna

3. ¿Una buena nutrición incrementa?

- Desarrollo cerebral
 Desarrollo óseo
 Desarrollo muscular
 Todas las anteriores

4. ¿Considera que sus hijos mantienen una buena nutrición alimenticia?

- Si
 No

5. ¿Cree usted que una mala nutrición ocasiona un bajo rendimiento escolar?

- Siempre
 Casi siempre
 A veces
 Casi nunca
 Nunca

6. ¿Cree usted que la nutrición aporta para el desarrollo físico de sus hijos?
- Totalmente de acuerdo
 - De acuerdo
 - Indiferente
 - En desacuerdo
 - Totalmente en desacuerdo
7. ¿Cree usted que el desarrollo físico de su hijo es el adecuado?
- Si
 - No
8. ¿Qué tipo de capacitación le gustaría conocer en un taller de nutrición?
- Armar el menú escolar
 - Armar el desayuno
 - Cómo enseñarle a comer nutritivo
 - Cuáles son los alimentos saludables
 - Conocer las porciones de alimentos apropiados que se debe consumir
 - Todas las anteriores
9. ¿Qué tipo de actividades recreativas se promueven en el hogar para potenciar el desarrollo físico?
- Danza
 - Natación
 - Fútbol
 - Teatro
 - Todas las anteriores
10. ¿Le gustaría participar en talleres sobre una adecuada nutrición?
- Si
 - No

**UNIVERSIDAD LAICA
VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN CARRERA: PÁRVULOS
ENTREVISTA AL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA**

¿Cómo usted cree que se relaciona el aprendizaje con la nutrición de los niños de inicial II?

¿De qué manera cree usted que aporta la nutrición en el desarrollo físico de los niños de inicial II?

¿Qué tipo de actividades emprende la institución que usted dirige para orientar a los padres sobre una correcta nutrición y desarrollo físico?

¿Qué tipo de control realizan los docentes para el seguimiento de una correcta nutrición y desarrollo físico?

¿Cada qué tiempo se realiza el control de peso y talla de los estudiantes?

¿Qué medidas se toma con los resultados de peso y talla que se obtiene de los estudiantes?
