



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

TEMA:

“La desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José maría román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”

AUTORA:

Talía Elizabeth Toaquiza Vásquez

TUTORA:

Dina Lucia Chicaiza Sinchi MSc

Riobamba, Ecuador. 2023

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Talía Elizabeth Toaquiza Vásquez, con cedula de ciudadanía 0504633959, autor (a) del trabajo de investigación titulado: **“la desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 20221”** certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mi exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba 20 de julio del 2023



Talía Elizabeth Toaquiza Vásquez

C.I: 0504633959

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

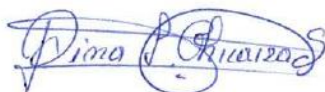
YO. MGS. **DINA CHICAIZA** TUTOR DE LA TESIS Y DOCENTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION, HUMANAS Y TECNOLOGIAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

CERTIFICO

Que la investigación con el tema **“la desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José maría Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”** ha sido elaborado por la autora **Talía Elizabeth Toaquiza Vásquez**; el mismo que se ha revisado y analizado en su totalidad, de acuerdo al cronograma de trabajo establecido, bajo el asesoramiento de mi persona en calidad de Tutora, por la que considero que se encuentra apto para su presentación y defensa respectiva.

Es todo lo que puedo informar con honor a la verdad

Riobamba 13 de junio del 2023



Mgs. Dina Chicaiza

TUTORA DE TESIS

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación: “La desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”, por Talía Elizabeth Toaquiza Vásquez , con cédula de identidad número 0504633959, bajo la tutoría de Mgs. Dina Lucia Chicaiza Sinchi; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 19 de julio del 2023.

Mgs. Tannia Alexandra Casanova

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Luis Fernando Alvear Ortiz

MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Dolores Berthila Gavilanes

MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO





DIRECCIÓN ACADÉMICA
VICERRECTORADO ACADÉMICO



UNACH-RGF-01-04-02.20

CERTIFICACIÓN

Que, **TALIA ELIZABETH TOAQUIZA VASQUEZ** con CC: **050463395-9**, estudiante de la Carrera de **EDUCACIÓN INICIAL**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**LA DESNUTRICIÓN INFANTIL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE LOS NIÑOS DE 3 A 4 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOSÉ MARÍA ROMÁN, DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA, PERIODO 2021**", que corresponde al dominio científico: **Desarrollo socioeconómico y educativo para el fortalecimiento de la institución democrática y ciudadana** y alineado a la línea de investigación: **Ciencias de la educación y Formación Profesional/No Profesional** cumple con el 5 %, reportado en el sistema Anti plagio Ouriginal porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 07 de Julio de 2023

Mgs. Dina Chicaiza.
TUTORA

DEDICATORIA

Primeramente, quiero dar gracias a Dios por darme la vida y permitirme estar donde estoy el día de hoy ya que sin él no hubiese podido lograr esta meta. Esta tesis principalmente va dedicado a mis padres con todo mi amor por el apoyo incondicional, su amor y paciencia que me han dado a lo largo de este trayecto, pero sobre todo por el sacrificio que han hecho a diario por mí, por darme la mejor herencia que es la educación, siempre estaré agradecida hacia ellos y quisiera devolverles todo lo invertido en mí. Esta tesis también va dedicada con mucho amor a mi hija Pauleth quien ha sido el motor y la inspiración en mi vida, quien me ha enseñado lo bonito y lo maravilloso que es ser mamá, pero sobre todo me ha enseñado a luchar por mis sueños y ser un buen ser humano. Mis hermanos a quienes también les dedico por brindarme su apoyo moral, por sus consejos que me han ayudado a crecer como persona y a conseguir una de mis metas.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por ser el pilar fundamental en mi vida y nunca dejarme caer por los obstáculos que se me presenten en la vida. Agradecida de igual manera a mis queridos padres por hacer siempre el esfuerzo de darnos lo mejor a cada uno de sus hijos, a mis hermanos, hija y familia en general por darme siempre su apoyo moral y consejos que me han ayudado mucho a conseguir este sueño.

También quiero agradecer a mi querida licenciada Dinita por siempre estar presente en cada paso al momento de ir realizando la tesis, por sus conocimientos impartidos hacia mí, ya que sin ella no hubiese sido posible culminar con este trabajo.

Agradecer también a mi querida y prestigiosa Universidad Nacional de Chimborazo y a todos quienes la conforman por abrirme sus puertas y poder conseguir uno de mis sueños. A los docentes que han estado todo el tiempo compartiendo sus conocimientos y ayudándonos a crecer como profesionales, pero ser todo como buenos seres humanos, inculcando valores.

ÍNDICE DE CONTENIDO

| | |
|--|----|
| DECLARATORIA DE AUDITORIA | |
| DICATEMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR | |
| CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL | |
| PLAGIUM | |
| DEDICATORIA | |
| AGRADECIMIENTO | |
| ÍNDICE DE TABLAS | |
| ÍNDICE DE FIGURAS | |
| ÍNDICE DE ANEXOS | |
| RESUMEN | |
| ABSTRACT | |
| CAPITULO I | 16 |
| 1.1 Introducción | 16 |
| 1.2 Antecedentes | 16 |
| 1.3 Planteamiento del problema | 19 |
| 1.3.1 Problema | 19 |
| 1.4 Justificación | 20 |
| 1.5 Objetivos | 21 |
| 1.5.1 Objetivo general | 21 |
| 1.5.2 Objetivos específicos | 21 |
| CAPÍTULO II | 23 |
| 2 MARCO TEÓRICO | 23 |
| 2.1 La desnutrición | 23 |
| 2.2 Tipos de desnutrición | 23 |
| 2.3 Grados de desnutrición | 23 |

| | | |
|--------------|---|----|
| 2.3.1 | Efectos que produce la desnutrición | 24 |
| 2.4 | El aprendizaje | 24 |
| 2.5 | Aprendizaje significativo | 24 |
| 2.5.1 | Estilos de aprendizaje | 25 |
| 2.5.2 | Clasificación de estilos de aprendizaje | 25 |
| 2.6 | La desnutrición en el aprendizaje significativo | 26 |
| 2.1 | Programas para estimular el desarrollo cognitivo con programas de nutrición | 27 |
| 2.2 | Plan nutricional | 28 |
| 2.2.1 | Importancia de la nutrición en niños de 3 a 5 años | 28 |
| 2.3 | Planes Nutricionales Diarios y Escolares | 28 |
| 2.4 | Alimentos saludables | 30 |
| CAPITULO III | | 34 |
| 3 | METODOLOGÍA | 34 |
| 3.1 | Enfoque de investigación | 34 |
| 3.1.1 | Cualitativo | 34 |
| 3.2 | Nivel de investigación | 34 |
| 3.2.1 | Descriptiva | 34 |
| 3.2.2 | Explicativa | 34 |
| 3.3 | Diseño de la investigación | 34 |
| 3.3.1 | No experimental | 34 |
| 3.4 | Tipos de investigación | 34 |
| 3.4.1 | De campo | 34 |
| 3.4.2 | Bibliográfico | 34 |
| 3.5 | Población y muestra | 35 |
| 3.5.1 | Población | 35 |
| 3.6 | Muestra | 35 |

| | | |
|-------------|---|----|
| 3.7 | Técnicas e instrumentos de investigación | 35 |
| 3.7.1 | Técnica | 35 |
| 3.8 | Instrumento | 35 |
| 3.8.1 | Procedimiento para la recolección de datos. | 36 |
| CAPÍTULO IV | | 37 |
| 4 | Resultados y Discusión | 37 |
| 4.1 | Resultados de la ficha de observación | 37 |
| 4.2 | Discusión | 47 |
| CAPÍTULO V | | 48 |
| 5 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 48 |
| | Conclusiones | 48 |
| | Recomendaciones | 48 |
| | Bibliografía | 49 |
| | Anexos | 52 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | | |
|----------|---|----|
| Tabla 1 | Estudiantes de Unidad Educativa José María Román | 35 |
| Tabla 2 | ¿El niño consume frutas en el momento del recreo? | 37 |
| Tabla 3 | ¿Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, C? | 38 |
| Tabla 4 | ¿Los niños consumen leche o yogurt diariamente? | 39 |
| Tabla 5 | ¿Los niños comen comida chatarra? | 40 |
| Tabla 6 | ¿Los niños siempre llevan lonchera? | 41 |
| Tabla 7 | ¿Los niños siempre terminan su comida? | 42 |
| Tabla 8 | ¿Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días? | 43 |
| Tabla 9 | ¿Los niños comparten su comida? | 44 |
| Tabla 10 | ¿Los niños comen saludable? | 45 |
| Tabla 11 | ¿A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos? | 46 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1 El niño consume frutas en el momento del recreo | 37 |
| Figura 2 Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, C | 38 |
| Figura 3 Los niños consumen leche o yogurt diariamente | 39 |
| Figura 4 Los niños consumen comida chatarra | 40 |
| Figura 5 Los niños siempre llevan lonchera | 41 |
| Figura 6 Los niños siempre terminan su comida | 42 |
| Figura 7 Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días | 43 |
| Figura 8 Los niños comparten su comida | 44 |
| Figura 9 Los niños comen saludable | 45 |
| Figura 10 A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos | 46 |

ÍNDICE DE ANEXOS

| | |
|---|----|
| Anexo 1 Pirámide Alimenticia trabajada en aula | 52 |
| Anexo 2 Alimentación saludable | 52 |
| Anexo 3 Alimentos aconsejados para los niños | 52 |
| Anexo 4 Aprendizaje kinestésico | 53 |
| Anexo 5 Aprendizaje multimodal | 53 |
| Anexo 6 Aprendizaje visual | 53 |
| Anexo 7 Aprendizaje Auditivo | 53 |
| Anexo 8 Aprendizaje Kinestesico | 54 |
| Anexo 9 Comida chatarra | 54 |
| Anexo 10 Aprendizaje visual | 54 |
| Anexo 11 Ficha de observacion | 54 |
| Anexo 12 Planificación de menú semanal para niños en caso de desnutrición (3-4 años de edad) | 57 |

RESUMEN

La desnutrición de los niños en la escuela reduce la asistencia escolar y perjudica la capacidad de los niños para aprender y la integración productiva en el mundo intelectual. Los niños cuya nutrición diaria depende de la escuela pierden no solo oportunidades educativas, sino también una fuente confiable de nutrición, lo que puede aumentar su riesgo de abandonar la escuela. Es por ello por lo que el objetivo general de esta investigación es determinar el grado de desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de la Unidad Educativa “José María Román”, tratando temas de gran interés y relevancia como es la desnutrición infantil y su influencia en los Aprendizajes Significativos de los estudiantes, incluyendo temas que ayudan a mejorar nuestros hábitos alimenticios y con ellos tener un mejor desarrollo académico. El tipo de investigación es descriptivo con un enfoque cuantitativo se tomó como población de este estudio, la constituyeron los 7 estudiantes, del inicial II de la Escuela de Educación Básica José María Román, lo cuales fueron la muestra, como herramienta se utilizó ficha de observación, dando como resultado que la mayoría de estos presentan un grado considerable de desnutrición esto se corrobora que al momento de realizar las actividades diarias se evidencia a los alumnos cansados mientras algunos de ellos mencionaban el no haber ingerido ningún tipo de alimento antes de haber llegado a la institución. Finalmente se puede concluir que los niños de la Unidad Educativa “José María Román” de Inicial II presentan desnutrición por la falta de energía lo que permite que no tengan buena concentración y presente apatía a las actividades esto fuera y dentro del aula. Por lo cual se ha propuesto realizar un plan nutricional donde detalla las comidas y horas en que el infante debe comer para tener un mejor rendimiento y mantener una buena salud.

Palabras Claves: Aprendizaje, Concentración, Desnutrición, Significativo

Abstract

Children's malnutrition in schools reduce school attendance and affects children's ability to learn and productive integration in the intellectual world. Children, whose daily nutrition depends on school, miss out not only educational opportunities, but also a reliable source of nutrition, which can increase their risk of dropping out of school. Thus, the general objective of this research is to determine the degree of child malnutrition in the significant learning of children of "José María Román" Educational Unit, dealing with topics of great interest and relevance such as child malnutrition and its influence on students' Significant Learning, including topics that help improve our eating habits and with them have better academic development. The type of research is descriptive with a quantitative approach, it was taken as the population of this study 7 students, from the initial II of the José María Román School of Basic Education, which were the sample, as a tool the observation sheet was used, giving as a result that most of them present a considerable degree of malnutrition, this is corroborated that at the moment of carrying out daily activities the students are tired while some of them mentioned not having eaten any type of food before having reached the institution. Finally, it can be concluded that the children of the "José María Román" Educational Unit of Initial II present malnutrition due to lack of energy, which allows them to not have good concentration and present apathy to activities outside and inside the classroom. Therefore, it has been proposed to carry out a nutritional plan that details the meals and hours in which the infant should eat to have a better performance and maintain good health.

Keywords: Learning, Concentration, Malnutrition, Significant.



Reviewed by:
Gabriela de la Cruz F. Msc
ENGLISH PROFESSOR
C.C. 0603467929

CAPITULO I

1.1 Introducción

Según la (OMS, 2019) la desnutrición es un estado patológico que es el resultado de una dieta carente de varios nutrientes fundamentales o en el caso la falta de asimilación correcta de los alimentos lo que desencadena retraso en la altura, falta de concentración, originando así consecuencias durante el aprendizaje y enfermedades, generalmente la desnutrición se encuentra asociada a la pobreza.

La falta de nutrición condiciona el pleno desarrollo de un niño y deja huellas para toda la vida, entre ellos se destacan probabilidades de convertirse en adultos de baja estatura, obtener menos logros educativos y menores ingresos económicos durante su edad adulta. Esto tiene un impacto, no solo a nivel individual, sino que afecta el desarrollo social y económico de las comunidades y los países.

El presente proyecto de investigación sobre “La desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”. Es para conocer las causas por las cuales se da la desnutrición y lo que ésta provoca en los niños mal alimentados, como afecta en el rendimiento, y en qué forma pueden ayudar a resolver los maestros este problema.

Lo que permite realizar un plan nutricional, el cual ayudará a motivar a que los niños consuman alimentos sanos y nutritivos. Tratando así de erradicar la desnutrición en lo estudiantes, mejorando de esta manera su calidad de vida y fortaleciendo el desarrollo intelectual. El presente trabajo se desarrollará en los siguientes capítulos.

Capítulo I.- El problema, tema, planteamiento del problema, justificación, objetivos generales y específicos.

Capítulo II.- Marco teórico, investigaciones previas categorías fundamentales.

Capítulo III.- Metodología, enfoque investigativo, modalidad básica de investigación, nivel o tipo de investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos, plan de recolección de información.

Capítulo IV.- Análisis e Interpretación de resultados, análisis del aspecto cuantitativo, interpretación de resultados.

Capítulo V.- Conclusiones y Recomendación

1.2 Antecedentes

Existen varias investigaciones sobre las variables objeto de estudio entre ellas se pueden mencionar a:

Andrade (2020) en su trabajo da a conocer que se puede demostrar empíricamente que la desnutrición infantil es un factor negativo que afecta el aprendizaje de los niños del jardín de infantes “Juan León Mera” de la Parroquia La Concepción, comuna de Mira, en el periodo 2019-2020. Por lo que la Institución ha trabajado en cambios para mejorar la alimentación de los estudiantes, por lo que los estudiantes tienen que ser víctimas de alguna enfermedad a causa de ello.

Las estadísticas y estudios demuestran que los niños en edad preescolar necesitan cambios urgentes para que puedan alimentarse adecuadamente para su edad y vivir en armonía con la familia, es importante que todos los representantes de la comunidad educativa estén preparados para enfrentar este problema. Los niños necesitan atención, cuidado, amor y cariño de todos los que los rodean, especialmente de sus padres.

Recomendando la implementación de una propuesta para mejorar el desarrollo físico e intelectual, así como alimentario con conocimientos en beneficio de la familia, para lograr niños alegres, activos, creativos y con igualdad de oportunidades para aprender cosas nuevas (Andrade, 2020).

Concordando con Mejía y Galarza (2023) donde expresan que La desnutrición infantil es un problema de salud que afecta a grupos vulnerables de la sociedad, principalmente por factores económicos. El objetivo de este estudio fue determinar la prevalencia de desnutrición en niños menores de 5 años en Ecuador entre 2017 y 2021.

La revisión se realizó mediante búsqueda en las bases de datos electrónicas Medline, Scielo, BVS e incluyó artículos originales, revisiones, estudios de casos, editoriales e informes técnicos de las autoridades sanitarias oficiales directamente relacionados con la desnutrición en niños menores de 1 año. 5 años. Se incluyen un total de 21 fuentes bibliográficas directamente relacionadas con las unidades de análisis: prevalencia, parámetros diagnósticos, factores predisponentes y enfermedades asociadas a la desnutrición infantil.

El informe concluyó que la prevalencia de la desnutrición infantil en el Ecuador es alta, particularmente en la región Sierra, donde la población indígena se ve afectada principalmente; los factores económicos son la principal causa de esta situación nutricional con consecuencias visibles a corto y largo plazo. Los parámetros de diagnóstico se basan principalmente en indicadores antropométricos apoyados por indicadores bioquímicos (Mejía y Galarraga, 2023).

La Desnutrición Infantil es un problema mundial que afecta a los niños en primera infancia es decir entre los 0 y 5 años de edad este bajo el resultado de una mala o escasa alimentación del niño que significa que no han recibido los suficientes nutrientes, así como las vitaminas y minerales necesarios para su desarrollo según el Informe de la desnutrición de la (UNICEF, 2018) que manifiesta que al menos 1 de cada 5 niños menores de cinco años tiene baja talla para la edad lo que representan desnutrición crónica; el 12% de los niños tiene desnutrición global, es decir bajo peso para la edad; el 16% nacen con bajo peso, seis de cada diez embarazadas y 7 de cada 10 menores de 1 año sufren de anemia por deficiencia de hierro.

Alrededor de este problema se puede evidenciar que existen varias investigaciones que permiten entender el alcance del problema que representa la desnutrición infantil en el entorno educativo. Escuela Internacional de Postgrado Facultad de Educación del Perú una tesis cuyo autor es Carbonel García Nelly con el tema Relación entre la Desnutrición y Rendimiento Académico de los alumnos quién después de haber realizado una investigación llega a la siguiente conclusión:

No existe relación entre el estado nutricional de los estudiantes y su rendimiento académico. La prueba de hipótesis realizada permite concluir que no hay una relación significativa.

En el trabajo titulado “Desnutrición infantil, salud y pobreza: intervención desde un programa integral “de autoría de (Ortiz y Pineda, 2019) donde como conclusión

La atención integral del niño desnutrido a cargo de profesionales especializados, el entrenamiento y la incorporación de la madre al cuidado cotidiano de su hijo, es una estrategia válida que genera una recuperación significativa del grado evolutivo psicomotor, del peso y la talla de los pacientes.

En la evaluación del proyecto del centro de prevención, se han podido identificar una serie de beneficios que muestran un impacto sanitario positivo en la población de su área de influencia, pero algunos beneficios no han sido valorados, como el ahorro de costes debido a que las enfermedades graves detectadas en el CP son derivadas al hospital de forma inmediata tras su detección. Esto implica menor riesgo de contagiar a otras personas, menores costes de tratamiento, evitar daños físicos irreparables, disminuir el riesgo de mortalidad infantil, etc. Por lo tanto, es recomendable profundizar en el estudio de estos beneficios relacionados con salud. La cooperación internacional, en el objetivo de erradicar la desnutrición infantil, es no sólo factible, sino también necesaria y prioritaria.

Bajo esta premisas según (Llangari, 2019) en su investigación “Incidencia de la desnutrición en el aprendizaje de los niños del 1er y 2do ciclo de educación básica de la escuela mixta fiscal “Secundino Eguez” de la parroquia Augusto Nicolás Martínez del cantón Ambato, provincia de Tungurahua” se demuestra que la desnutrición se percibe con más severidad en los niños de uno a 4 años y se caracteriza por la detención del crecimiento retardo mental leve o grave y además muchas manifestaciones bioquímicas, debido a esta causa es lo que no les permite un adecuado desarrollo de sus habilidades en el aprendizaje.

En la institución se observó que por la ubicación en un sector rural marginal de la ciudad congrega a estudiantes que provienen de hogares de escasos recursos económicos y desorganizados, producto de la migración dentro y fuera del país siendo esta una de las causas fundamentales mostrando que constituyen ser el punto más vulnerable de representar problemas de desnutrición y por los malos hábitos alimenticios que adquieren por la falta de tiempo de sus madres que se ven obligadas a abandonar sus hogares para salir a trabajar desde muy temprano hasta muy tarde siendo una de la razón para que la alimentación de los niños de la institución sea baja en nutrientes ya que no pueden controlar la alimentación de sus hijos ni sus tareas escolares de una manera eficiente, por el exceso de consumo de comidas chatarras que se expende en el bar. , lo que los hace propensos a enfermedades tales como: dolores de cabeza, mareos, dolores de estómago, agotamiento físico y mental.

La investigación titulada “La desnutrición en el aprendizaje significativo de los niños de la Escuela César Astudillo del cantón Guacaleo provincia del Azuay” justifica la necesidad de concienciar a las autoridades gubernamentales para que en los sub centros de salud se realicen campañas masivas acerca de lo que es la desnutrición en los niños/as

y sus consecuencias ya que esto no afecta solamente en su salud sino también en el aspecto educativo, siendo uno de los factores más importantes para que los niños/as en la escuela no tengan un aprendizaje significativo.

Si bien es cierto, los estudiantes llegan a los establecimientos educativos ávidos de compartir, jugar, divertirse y aprender, el niño/a es un ente con mucha curiosidad y no puede estar tranquilo por largos períodos de tiempo, sin embargo, muchas veces nos encontramos con estudiantes pasivos, sin deseos de jugar, no les gusta participar, se evidencia cansancio y obviamente su aprendizaje es lento.

De esta manera se comprueba que la alimentación juega un papel preponderante en el proceso aprendizaje enseñanza (Chavez, 2019).

1.3 Planteamiento del problema

1.3.1 Problema

A nivel mundial en países como Guatemala es el País con mayor prevalencia de desnutrición crónica con más de 46,5% de sus niños con este problema; es decir, cerca de 900.000 niños.

Guatemala es un país de ingresos medios rico en recursos naturales. Sin embargo, las cifras macroeconómicas esconden una realidad que mina las posibilidades de desarrollo del país: las desigualdades sociales y económicas son extremas y condenan a gran parte de la infancia del país a una vida limitada por los efectos de la malnutrición.

El aumento de la desnutrición crónica en niños menores de 5 años es particularmente alarmante en Guatemala. En la población escolar se encuentran porcentajes más altos en niños de origen indígena y en aquellos que habitan en áreas rurales.

Siendo este un problema que se ha venido dando desde hace años atrás, pero con el pasar de los tiempos se ha ido incrementando de la peor manera teniendo en cuenta que esto se debe a diferentes factores, los cuales se enmarcan en la falta de una atención suficiente por parte de los padres, el hecho de que con frecuencia resulte invisible, el alza en el precio de los alimentos básicos y el crecimiento de la pobreza en el país, los conflictos que originan desplazamientos masivos de población, la sequía, la ausencia de un enfoque de equidad y el círculo de la pobreza, entre otros.

La desnutrición sigue siendo una de las principales amenazas para la supervivencia, la salud, el crecimiento y el desarrollo de las capacidades de millones de niños, así como para el progreso de sus países. La base del desarrollo humano implica tener cubiertas las necesidades básicas para sobrevivir, como se indica en la pirámide de la Teoría de la Motivación, de Maslow (Wisbaum, 2011).

Actualmente en el Ecuador nacen un aproximado de 330000 niños donde 23 de cada 100 de ellos padecen de desnutrición crónica infantil esto en etapa temprana es decir antes de los 5 años. Es decir que 380.000 niños se desarrollan con las oportunidades adecuadas de la misma forma 180.000 infantes menores de 2 años nacen sin los cuidados primarios de protección y cuidado en los últimos años a partir del 2006 no ha variado de manera significativa el porcentaje de niños afectados con desnutrición Infantil a pesar de que se han impulsados programas y estrategias encaminadas a mitigar esta problemática al contrario se ha crecentado en los niños menores de 2 años.

La mal nutrición se visualiza más en la región Sierra, en las comunidades rurales e indígenas. Registrando entre los primeros factores: pobreza, incorrecta alimentación y mala calidad de agua. La última Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012- 2014 del Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC) y el Ministerio de Salud Pública (MSP), ubica a Chimborazo en el primer lugar de la lista a nivel nacional. En la provincia, la cifra de desnutrición crónica es de 48,8 por cada 100 niños.

El problema de DCI, tiene mayor desarrollo en el área rural es así que la provincia de Chimborazo es una de las más afectadas por esta patología que no permite equiparar a los niños en su desarrollo y aprendizaje es por dicha razón que el presente trabajo de investigación se enmarca en evidenciar los problemas que conlleva la malnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021 y presenta una propuesta basada en un plan para la desnutrición infantil en Chimborazo-Guamote es un tema crítico, con una de las tasas de prevalencia de desnutrición crónica más altas del país, afectando a cerca del 35% de los menores de cinco años, y con un sobrepeso cercano al promedio nacional.

Por otro lado, en la Unidad Educativa José María Román también se puede observar que la desnutrición en los niños se hace presente puesto que los mismos no tienen deseo de aprender, en el trayecto del día pasan con sueño o sin ganas de trabajar. Las actividades que se realizan dentro o fuera del aula lo hacen de una manera lenta o algunas veces ni siquiera las realizan, dejando así evidenciar que no tienen ánimo ni fuerzas para trabajar dichas actividades, lo cual perjudica a su aprendizaje significativo, dejando atrás sus conocimientos adquiridos y conocimientos que deben ser adquiridos en el aula.

En la institución también podemos darnos cuenta de que hay un alto grado de desnutrición ya que al momento del recreo varios infantes están sentados a un lado de los juegos o incluso se quedan dentro del aula recostados sin salir a divertirse con sus compañeros. En los niños que salen a jugar también nos hemos dado cuenta de que tienen una desnutrición ya que al momento de jugar no tienen una buena estabilidad, equilibrio y caen fácilmente con un pequeño empujo de sus compañeros, permitiendo de esta manera ver que no tienen una buena nutrición.

1.4 Justificación

El presente trabajo de investigación se refiere al grado de desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños. El presente proyecto se desarrolla bajo la importancia de mejorar la nutrición infantil para que los niños puedan tener una vida sana y por ende un mejor rendimiento académico.

Por una parte, la investigación contiene información relevante de las dos variables, en cuanto a la preparación del plan nutricional es innovador y fácil de realizar dentro del hogar con el apoyo de un adulto, mediante el plan nutricional se ayudará a que los niños tengan una mejor concentración al momento de estar en sus actividades escolares, así también se busca que los niños mejoren su estado emocional y se sientan motivados al trabajar con actividades fuera o dentro del aula ya sea en forma individual o en equipo.

Esta investigación surge por el alto grado de desnutrición dentro de las aulas de la Unidad Educativa “José María Román” lo cual es preocupante ya que no le permite al

niño desarrollar con facilidad las actividades que son trabajadas dentro de las mismas, esto se debe a varias razones, las cuales pueden ser falta de ingresos, desempleo por parte de los padres o alguna condición de salud que no le permita ingerir algunos alimentos, esto también puede perjudicar su desarrollo cerebral, debilitar su sistema inmunológico y aumentar el riesgo de infección y, en muchos casos, de muerte, Al no tener una buena alimentación el niño puede tener problemas de aprendizaje en la vida adulta, el cual sería muy perjudicial para seguir con sus estudios,

En la Unidad Educativa “José María Román” se ha podido constatar que existen niños con desnutrición impidiendo que realicen de mejor manera sus actividades y afectando a su aprendizaje por tal razón se pretende con el desarrollo de la investigación mejorar el aprendizaje en los niños adicionalmente el aporte psico emocional permitirá que los infantes se sientan felices y cómodos al momento de participar ya que el desarrollo psicomotor es el eje principal del aprendizaje en la etapa preescolar.

Este propósito presenta la relevancia de una sana alimentación y nutrición, que debe ser valorizada y proporcionada en la ingesta diaria, así como la participación de la enseñanza en el campo educativo y en el hogar, esto se facilitará a través del desarrollo de normas de nutrición, para mejorar el rendimiento escolar, donde los estudiantes serán activos, con disposición física y mental para interactuar, poder pensar, analizar, opinar, reflexionar, demostrando de esta manera su calidad de aprendizaje (GÓMEZ, 2011).

Una buena alimentación es de suma importancia en la vida de los niños ya que gracias a ello siempre van a estar con ganas de trabajar, jugar o realizar cualquier actividad permitiendo de esa manera desarrollar su aprendizaje significativo, hay que tener en cuenta que una mente despierta es capaz de realizar cualquier actividad y captar los conocimientos impartidos hacia ellos. Por eso es bueno que los padres, niños, y docentes tengamos conocimiento sobre una buena alimentación ya que así podremos dar algún consejo a los niños que sufren de desnutrición o su vez ayudar a mejorar su alimentación.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Determinar el grado de desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de la Unidad Educativa “José María Román”, parroquia Velasco, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo periodo 2021.

1.5.2 Objetivos específicos

- Fundamentar las causas de la desnutrición y como afecta en el aprendizaje significativo en los niños de la Unidad Educativa “José María Román” parroquia Velasco, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo periodo 2021.
- Analizar los hábitos alimenticios en los niños de 3 a 4 años mediante una ficha de observación en la Unidad Educativa “José María Román”, parroquia Velasco, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo periodo 2021.
- Elaborar un plan nutricional para mejorar el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la Unidad Educativa “José María Román”, parroquia Velasco,

cantón Riobamba, provincia de Chimborazo periodo 2021.

CAPÍTULO II

2 MARCO TEÓRICO

2.1 La desnutrición

La desnutrición infantil es uno de los problemas más graves a nivel mundial por lo cual tiene que afrontar cada país, tiene severas implicaciones a largo plazo y es un peligroso círculo vicioso entre la alimentación inadecuada y las enfermedades. El primer año de vida de un niño es básico para su crecimiento, tanto para su desarrollo físico como psicológico, por eso cobra tanta importancia la alimentación en esta etapa de la vida, aunque lo siga siendo en todas (Andrade, 2020).

La desnutrición en los niños en su primera infancia es perjudicial para la salud ya que no les permite estar en buena condición, por lo que ocasiona problemas en su salud: niños de baja estatura, delgados, pálidos, débiles y muy enfermizos, también perjudica en el ámbito educativo ya que no le permite tener una buena concentración en sus clases, o tareas (Llangari, 2019).

Entre los efectos de la desnutrición en el niño en la mayoría de los casos se presenta sueño excesivo lo que no le permite prestar atención a sus clases y adquirir nuevos conocimientos. La desnutrición hay que combatirla con una buena alimentación y a la vez esta debe ser variada y nutritiva basada en cereales integrales (quinua, cebada, arroz, maíz, trigo); leguminosas (chocho, habas, fréjol, lenteja, arveja) y hortalizas (zanahoria, nabo, melloco, berro, cebolla) para que los niños tengan buena salud y mejor concentración en las actividades diarias (Mejía y Galarraga, 2023).

2.2 Tipos de desnutrición

No todos los niños sufren el mismo tipo de desnutrición, puesto que existen diversos niveles o tipos, que son los siguientes:

- **Marasmo.** Suele aparecer en niños que viven situaciones de pobreza en zonas urbanas. Se trata de un tipo de desnutrición que se produce por el bajo consumo de alimentos. Este tipo de desnutrición produce retrasos en el crecimiento, pérdida del tejido graso o poco peso para la talla del niño
- **Proteica.** Se trata de casos en los que el niño se alimenta fundamentalmente de hidratos de carbono, pero no come proteínas. Los niños suelen tener infecciones como consecuencia de la desnutrición.

2.3 Grados de desnutrición

- **Grado 1 o leve.** Se produce cuando el peso es normal para la edad, pero es bajo para la talla.
- **Grado 2 o moderada.** Se da cuando el niño menor de un año no llega al peso que corresponde a esa edad o cuando los niños de uno a cuatro años tienen poco peso en relación con su talla.
- **Grado 3 o grave.** Aparece cuando un niño de menos de un año tiene un peso inferior al 40% respecto al que corresponde a su edad o cuando un niño mayor de un año tiene un peso inferior al 30% en relación con el que le corresponde.

2.3.1 Efectos que produce la desnutrición

Si el niño está o no bien alimentado durante los primeros años de vida, puede tener un efecto profundo en su salud, así como en su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas. Una buena nutrición es la primera línea de defensa contra numerosas enfermedades infantiles que pueden dejar huellas en los niños de por vida. "Cuando no hay suficiente comida, el cuerpo tiene que tomar una decisión sobre cómo invertir la cantidad limitada de sustancias alimenticias disponibles. Primero está la supervivencia, luego el crecimiento. En cuanto a la nutrición, el cuerpo parece que está obligado a clasificar el aprendizaje en último lugar. Es mejor ser estúpido y estar vivo a ser inteligente y estar muerto" (Druyan y Sagan , 2005).

Algunos de los problemas de desarrollo experimentados por niños desnutridos son causados por limitaciones fisiológicas tales como el crecimiento retardado del cerebro y el bajo peso al nacer, mientras que otros problemas son el resultado de una interacción limitada y estimulación anormal, las cuales son vitales para el desarrollo saludable. Una buena nutrición y salud están directamente conectadas a través del tiempo de vida, pero la conexión es aún más vital durante la infancia.

Entre los efectos de la desnutrición se puede destacar los siguientes:

- Crecimiento físico y desarrollo motor retardados
- Efectos generales en el desarrollo cognitivo
- Anemia
- Baja de las defensas
- Trastornos del aprendizaje
- Pérdida de masa muscular

2.4 El aprendizaje

Según lo define Isabel García, el aprendizaje es todo aquel conocimiento que se adquiere a partir de las cosas que nos suceden en la vida diaria, de este modo se adquieren conocimientos, habilidades, etc. Esto se consigue a través de tres métodos diferentes entre sí, la experiencia, la instrucción y la observación (Gardey ,Pérez y Porto., 2022).

El aprendizaje se puede definir como un cambio relativamente en la conducta de una persona a partir del resultado de la experiencia, estos cambios no varían por la edad ni por otro factor ya que cada día salen cosas nuevas y por ende estamos aprendiendo directamente o indirectamente para después poner en práctica lo aprendido.

2.5 Aprendizaje significativo

El aprendizaje significativo surge cuando el alumno, como constructor de su propio conocimiento, relaciona los conceptos a aprender y les da un sentido a partir de la estructura conceptual que ya posee. Dicho de otro modo, construye nuevos conocimientos a partir de los conocimientos que ha adquirido anteriormente. Este puede ser por descubrimiento (especialmente cuando trabajamos con las TICs), o receptivo. Pero además construye su propio conocimiento porque quiere y está interesado en ello. El aprendizaje significativo a veces se construye al relacionar los conceptos nuevos con los conceptos que ya posee y otras al relacionar los conceptos nuevos con la experiencia que ya se tiene.

El aprendizaje ocurre cuando el material se presenta en su forma final y se relaciona con los conocimientos anteriores de los alumnos. El aprendizaje significativo, se refiere a que el proceso de construcción de significados es el elemento central del proceso de enseñanza- aprendizaje. El alumno aprende un contenido cualquiera cuando es capaz de atribuirle un significado. Por eso lo que procede es intentar que los aprendizajes que lleven a cabo sean, en cada momento de la escolaridad, lo más significativo posible, para lo cual la enseñanza debe actuar de forma que los alumnos profundicen y amplíen los significados que construyen mediante su participación en las actividades de aprendizaje. En este sentido, las nuevas tecnologías que han ido desarrollándose en los últimos tiempos y siendo aplicadas a la educación juegan un papel vital (Trenas, 2009).

2.5.1 Estilos de aprendizaje

Para Hervás (2003), los estilos de aprendizaje y de enseñanza se refiere a las estrategias que ponen en juego alumnos y profesores cuando se enfrentan a la ejecución de la tarea y su solución. Es el cúmulo de elementos cognitivos, afectivos y fisiológicos que, junto a las características de la personalidad de cada uno, determina la manera cómo interactúan y procesan los aprendizajes en los entornos educativos. Constituyen maneras particulares de aprender y enseñar que pueden enriquecerse con una variedad de modelos adoptados para que el alumno tenga la oportunidad de contrastar esos modelos con su propio estilo ampliando sus posibilidades de eficacia. Los estilos de aprendizaje van modelando se según la experiencia del sujeto por lo cual evolucionan conforme pasan los años (ALCÁZAR, 2009).

2.5.2 Clasificación de estilos de aprendizaje

➤ Auditivo

Tienen una memoria auditiva altamente desarrollada. Son alumnos que prestan atención en clases, aprenden mucho mejor mediante discusiones y debates y ponen más atención en películas, canciones, vídeos, charlas, etc.

➤ Visual

Prefiere ver imágenes debido a que se le hace más fácil para poder aprender, establece asociaciones mediante la visualización. Responde mejor en exámenes escritos. Le gusta elaborar resúmenes, esquemas; subraya, escribe en las márgenes de los libros y toma notas en clase activamente.

➤ **Kinestésico**

Los niños con este estilo aprenden más al momento que van leyendo, viendo o escuchando. Las personas kinestésicas son táctiles, es decir, a través de las sensaciones captan mejor la información.

➤ **Verbal (o lectoescritura)**

Los niños prefieren leer y a la vez recuerdan mejor lo aprendido. Le gusta leer antes que escuchar, el acercamiento al aprendizaje lo realiza a través de los textos que son de su interés realizando apuntes o sacando la síntesis de lo leído

➤ **Multimodal**

Es un estilo que presenta una combinación de varios grupos, a los niños les gustan las prácticas de laboratorio (kinestésicos) pero que también aprenden con imágenes (visual).

2.6 La desnutrición en el aprendizaje significativo

La desnutrición infantil sobre todo en las edades por debajo de los cinco años afecta directamente en el desarrollo neuro motriz o psicomotriz, ya que según los estudios son las edades donde el niño o niña desarrollan todo su potencial físico e intelectual. La desnutrición, al afectar a la capacidad intelectual y cognitiva del niño o niña, disminuye su rendimiento escolar y el aprendizaje de habilidades para la vida. Limita, por tanto, la capacidad del niño de convertirse en un adulto que pueda contribuir, a través de su evolución humana y profesional, al progreso de su comunidad y de su país.

En la revista (Nutrition, 2016) nos indica que los niños mal alimentados experimentan retrasos en el desarrollo, pérdida de peso y enfermedades como resultado de un consumo inadecuado de proteínas, calorías y otros nutrientes. Debido que a los niños huérfanos e institucionalizados pueden experimentar una o varias deficiencias de macro y micronutrientes, están en riesgo de sufrir una variedad de complicaciones a corto y largo plazo. Las implicaciones a corto plazo se dan consecuentemente por una deficiencia de nutrientes combinada con una infección puede causar retraso en el crecimiento. Así como las implicaciones a largo plazo por la mal nutrición afecta negativamente el desarrollo cerebral causando atrasos en los desarrollos motrices y cognitivos, tales como:

- Trastorno por déficit de atención
- Desempeño escolar disminuido
- Bajas puntuaciones de Cociente Intelectual (CI)
- Deficiencia de la memoria
- Problemas de aprendizaje
- Aptitudes sociales reducidas
- Desarrollo reducido del lenguaje
- Habilidades para resolver problemas reducidas.

6.3 Hábitos alimenticios

Los hábitos alimenticios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales.

La Infancia es el momento óptimo para adquirir unos buenos hábitos alimentarios. Estos se adquieren por repetición y de forma casi involuntaria, la familia tiene una gran influencia y esta se va reduciendo a medida que los niños crecen (FEN, 2014)

6.3.1 Hábitos alimenticios en la primera infancia

El aprendizaje de hábitos alimenticios es un proceso de suma importancia durante los primeros años de vida. Esto es debido a que, además de aportar un buen estado nutricional y favorecer un crecimiento adecuado, ayuda a la adquisición de hábitos saludables para la edad adulta.

Cada etapa de la vida tiene sus peculiaridades y necesidades a las que hay que ir adaptando la alimentación. La infancia se caracteriza por ser la etapa donde se produce un mayor crecimiento físico y desarrollo psicomotor. Por ello, la alimentación debe aportar energía para mantener las funciones vitales y además cubrir necesidades relacionadas con la maduración y el crecimiento (Fundacion Salud Infantil, 2021)

Los alimentos en la primera infancia son de suma importancia para los niños ya que estos ayudan a su crecimiento, también es importante saber que al momento de estar en la mesa es un espacio de contacto, de relación y de afecto donde vamos a interactuar con los niños, donde van a expresar sus inquietudes o gustos de la comida de manera verbal- no verbal, y así poder respetar sus decisiones.

6.3.2 Recomendaciones alimenticias

En la elaboración de las comidas es importante tener en cuenta aspectos nutricionales (grupos de alimentos, frecuencia de uso de alimentos, digestibilidad, etc.) y aspectos sensoriales (olores, colores, texturas, sabores...) y el empleo de técnicas culinarias variadas.

SE DEBERÁ:

- Proporcionar una comida de calidad.
- Promover hábitos higiénicos, alimenticios y comportamientos adecuados.
- Potenciar la variedad y la identidad gastronómica de la zona, alimentos de temporada, locales y de proximidad.
- Fomentar la identificación, el descubrimiento y la aceptación progresiva de los diferentes alimentos y platos, educando al niño en el placer de comer con moderación.

2.1 Programas para estimular el desarrollo cognitivo con programas de nutrición

Los programas de intervención temprana para estimular el desarrollo cognitivo ayudaran a mejorar la cognición y quizás el crecimiento físico. Como en el caso de los

programas de nutrición, cuanto más temprano se inicie el programa, mejores son los resultados.

Si bien es cierto que la evidencia actual no es definitiva en cuanto a los efectos de estimulación (aditivos o interactivos), los niños que reciben programas combinados de nutrición y estimulación tienen mejor desempeño que los que reciben solo un tipo de intervención por separado.

La importancia de los programas de nutrición temprana y su relación con la habilidad cognitiva en el corto y largo plazo es muy clara. También queda claro que los programas de nutrición y estimulación temprana funcionan mejor cuando los niños se benefician de ellos simultáneamente. Los programas de DIT pueden ayudar a prevenir y reducir la desnutrición proporcionando alimentación suplementaria en servicios institucionales u hogares y/o educando a los padres sobre las necesidades nutricionales de sus hijos.

2.2 Plan nutricional

Los objetivos de la alimentación del niño en edad preescolar y escolar son asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y promover hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo.

Es importante mantener una dieta equilibrada, insistir en que todos los alimentos son necesarios y evitar las chucherías y la bollería industrial. Tanto el papel de los padres como la influencia de los educadores, de otros niños y de los comedores escolares, van a tener un papel decisivo en la adquisición de hábitos de alimentación saludables (Anuales de pediatría, 2005).

2.2.1 Importancia de la nutrición en niños de 3 a 5 años

Estudios revelan que la desnutrición deja secuelas y consecuencias en el desarrollo neurológico de los niños, principalmente en el área cognoscitiva; es por ello, que también juega un papel fundamental las escuelas infantiles, la cuales a través del presente proyecto educativo busca conseguir una serie de objetivos para que los niños alcancen un correcto desarrollo, trabajando así una serie de contenidos, relacionados con la correcta nutrición de los pequeños/as según Jean Piaget. Según Meece (2000) propuso que los niños pasan por una secuencia invariable de etapas, cada una caracterizada por distintas formas de organizar la información y de interpretar el mundo

Durante el crecimiento del niño, existen diversas fases de desarrollo y las mismas van a variar dependiendo de la edad. Piaget estructura su teoría en dos componentes fundamentales: el modelo en torno al origen del conocimiento y el modelo de desarrollo cognoscitivo en donde la nutrición juega un papel fundamental.

2.3 Planes Nutricionales Diarios y Escolares

En el siguiente apartado se presentan los planes nutricionales para mejorar el estado de desnutrición de los alumnos objeto de estudio el plan está enmarcado en los siguientes factores

Factores a considerar.

Prevención.

- Aporte de vitaminas y minerales esenciales como hierro, ácido fólico a la madre.
- Entrega, seguimiento y control en el consumo adecuado de los micronutrientes como el hierro, vitamina A y, entregados a los niños menores de cinco años en los centros de salud pública.
- Enseñar, impulsar y fomentar una alimentación complementaria adecuada a partir de los seis meses, promoviendo el seguimiento ganancia de peso y talla adecuado en todos los niños de la Institución

Cambios en la conducta.

- Fomentar alimentación saludable
- Control, prevención y tratamiento de las diarreas.
- Tratamiento de la desnutrición
- Capacitación al personal Sostenibilidad

La propuesta será realizada a todas las madres y padres de familia de los niños que presentan cuadros de desnutrición.

.Recursos.

- Humanos: Personal educativo, Madres y padres de familia.
- Materiales: dípticos, guías alimentarias.

2.3.1 Formas de motivar a los niños a comer

Varias veces nos ha pasado que los niños dejan de comer sin ninguna razón por lo cual eso es preocupante para los padres de familia y por ende buscamos diferentes estrategias, juegos o maneras creativas para poner a volar su imaginación nuevamente logrando que el niño vuelva a tener interés por la comida.

➤ Adaptar la cantidad de alimento

No se puede pretender que un niño vaya a comer la misma cantidad de alimento que un adulto debido a que el organismo no es el mismo.

Debemos ajustar la cantidad de verduras que ofrecemos (tienen mucha fibra y pocas calorías), una porción pequeña puede ser suficiente para que se sacien.

➤ No obligar a comer

Este punto es muy importante en la familia, debemos tener en cuenta que no debemos obligar a ningún niño a comer ya que no estamos respetando sus decisiones, debemos dejar que el niño pruebe sus alimentos cuando él sienta gusto por la comida, caso contrario el niño cogerá odio al momento de las comidas y por ende será muy difícil que él tenga deseos de comer.

➤ No ofrecer productos insanos a modo de recompensa

Si se forma una especie de chantaje a los niños con alimentos saludables y con productos ultra procesados, verán estos últimos como los alimentos buenos y los alimentos saludables como los malos.

➤ **Ofrecer alimentos nuevos o que no les guste en pequeña cantidad.**

Se puede ofrecer comida variada y a la vez combinada con sus frutas o verduras de su gusto, también se puede realizar platos creativos ya puede ser de su animal preferido. Si se niega a probarlo, no desistir y continuar ofreciéndoselos hasta que acepten probarlos.

➤ **Dar ejemplo y comer de forma saludable**

Los niños aprenden por imitación de su entorno más cercano por eso debemos de comer saludable para que ellos también lo hagan, si nosotros comemos frutas, ellos también lo harán sin necesidad de obligar.

➤ **Comer en familia**

Debe ser un momento agradable, sin prisas ni distracciones (tv, móviles, tabletas,) Un instante del día para hablar de lo que nos ha pasado a lo largo del día y de transmitir buenos hábitos (Trucos para motivar a los niños a comer. Por qué no come mi hijo, s.f.)

2.4 Alimentos saludables

Se puede decir que la alimentación saludable es aquella que proporciona los nutrientes suficientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo, conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, garantizar el desarrollo y crecimiento adecuado. Para lograrlo es necesario el consumo diario de frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, leche, carnes, aves, pescado y aceite vegetal en cantidades adecuadas y variadas.

La alimentación saludable es importante en cada uno de nosotros ya que nos permite estar en buenas condiciones, pero también es muy fundamental en los niños ya que ellos se encuentran en la etapa del crecimiento. Hay que tener en cuenta que para poder lograr una buena alimentación y sobre todo tener una buena salud es indispensable ingerir alimentos variados que pueden ser: carnes, lácteos, verduras, hortalizas, etc.

Frutas

La fruta es un alimento que no debe faltar en ninguna dieta saludable, ya que de ellas provienen la mayoría de las vitaminas que se necesitan en el día a día.

- **Kiwi:** Es una de las frutas más ricas en vitamina C, componente esencial para la creación de la sustancia que se produce entre los glóbulos blancos y que es necesaria para mantener unos niveles altos de defensas que ayuden al sistema inmunológico a defenderse de amenazas exteriores. También tiene unos

porcentajes muy altos de fibra y agua, que lo convierten en una fruta recomendada para combatir el estreñimiento y perder peso.

- **Manzana:** Contiene, entre otros componentes, pectina, flavonoides, ácido málico y quercetina, elementos que ayudan a reducir el colesterol y los niveles de glucosa en sangre, por lo que son recomendables para prevenir enfermedades cardiovasculares. También es rica en potasio y vitamina E (Alimentos saludables, 2020).

Verduras

Las verduras siempre han sido consideradas como un ejemplo de alimentos beneficiosos para la salud que no deben faltar en las comidas. Sin embargo, son las hortalizas de hoja verde las que mayor cantidad de vitaminas y nutrientes contienen. Las verduras que se pueden incluir en una dieta saludable son:

- **Brócoli:** Es la verdura que contiene el mayor valor nutritivo por unidad de peso de producto comestible. Además de ser rica en vitamina C, niacina y ácido fólico, contiene betacarotenos y vitamina E, por lo que tiene un efecto antioxidante y de regeneración celular.
- **Zanahoria:** Destaca por su alto contenido en betacarotenos y sus propiedades antioxidantes. Su consumo permite reducir el impacto de los radicales libres, agentes perjudiciales que pueden ser producidos tanto por causas externas, como la contaminación, como internas, del propio organismo, y que atacan a las células favoreciendo la aparición de enfermedades degenerativas, como el envejecimiento prematuro (Alimentos saludables, 2020)

Cereales y legumbres

Los cereales y las legumbres siempre han tenido un papel destacado en la historia de la alimentación, gracias tanto a su bajo coste de producción, como a sus beneficios nutricionales (aportan energía a la vez que son bajos en grasas). Entre estos productos se pueden destacar:

- **Arroz integral:** El hecho de que sea integral evita que pueda perder algunas de sus propiedades en los procesos de refinamiento a los que es sometido en la mayoría de las ocasiones.
- **Habas:** Son las legumbres más ricas en hierro, aunque al ser de tipo vegetal es más difícil de absorber, por lo que es recomendable consumir productos ricos en vitamina C, que favorece su absorción. También contienen vitamina B1 y niacina, además de minerales como manganeso, cobre, calcio y fósforo (Alimentos saludables, 2020)

Pescados

El pescado tiene una gran cantidad de proteínas, a la vez que tiene pocas grasas saturadas, a pesar de ser un alimento de origen animal. También son una buena fuente de vitaminas y minerales, así como de ácidos grasos omega 3, recomendables para reducir el colesterol y prevenir enfermedades del corazón.

- **Salmón:** Es uno de los pescados más ricos en ácidos grasos omega 3, por lo que ayuda a reducir el colesterol y a mantener el correcto funcionamiento del cerebro.
- **Sardinias:** Además de contener ácidos grasos omega 3, también es una fuente de calcio, ya que es un pescado de hueso blando, por lo que los procedimientos térmicos a los que son sometidas para el consumo hacen que el calcio de sus espinas pase a la carne (Alimentos saludables, 2020)

Carnes

La carne es una fuente rica en proteínas, vitamina B12, zinc, yodo, selenio y fósforo, elementos esenciales para el correcto funcionamiento del organismo. Las carnes blancas son más saludables que las rojas, ya que aportan una gran cantidad de proteínas a la vez que son bajas en grasa.

- **Pollo o pavo:** Aunque las carnes blancas, como el pollo y el pavo, sean menos ricas en hierro y zinc que las rojas, tienen un alto contenido en fósforo y potasio. Además, son ricas en ácido fólico y niacina, que ayuda al funcionamiento del aparato digestivo, la piel y los nervios, y es importante para la conversión de los alimentos en energía.
- **Conejo:** Tiene un alto contenido proteico a la vez que es bajo en grasas. También tiene un bajo contenido en sodio, por lo que puede ser consumido por personas con hipertensión (Alimentos saludables, 2020).

6.5.2 Alimentos no saludables

Los alimentos no saludables son definidos como los alimentos que no tienen ningún valor nutricional y que al contrario son perjudiciales para la salud ya que poseen poca cantidad de nutrientes y alto contenido de sal, grasas y azúcares que son muy poco saludables para el organismo.

A continuación, vamos a mencionar alimentos que son perjudiciales para las personas, pero especialmente para los niños (Ayala, 2020).

- **Frituras:** estos alimentos son perjudiciales para los niños ya que no permitirá que se desarrolle adecuadamente y tenga problemas de salud más adelante como puede ser obesidad, diabetes, etc.
- **Cereales de caja:** “Un estudio global muestra niveles alarmantes de azúcar y sal en muchos cereales, especialmente en los que son dirigidos a los niños”. En este caso es mucho mejor volver a los cereales antiguos como la avena que si ha demostrado eficazmente sus propiedades saludables.
- **Bebidas gaseosas:** las bebidas de fantasía no son más que agua, colorante y altos niveles de azúcar, con lo cual lo único que hacen es engordar y aumentar las posibilidades de padecer diabetes en edades tempranas.
- **Bebidas cola:** estas bebidas son las que más daños causan a los niños ya que descalcifican los huesos y perjudican también a su salud dental haciendo más

frágiles sus dientes y dando paso a las caries. Además, irrita las mucosas de nuestro tracto digestivo y debido a la cafeína puede causar arritmias y subidas de presión, sin dejar de señalar que actúa sobre nuestro estado de alerta y con ello impacta sobre nuestro sistema nervioso, lo que se puede traducir en presencia de insomnio.

- **Caramelos:** hace algunos años un grupo de pediatras descubrió que la ingestión de altas concentraciones de colorantes genera efectos como excitación sicomotora e incapacidad de concentración en los niños, por lo que su consumo en menores con déficit atencional e hiperactivos debe ser cuidadosa.
- **Chicle:** el chicle, al ser un alimento que se mastica pero que solo se traga saliva, genera impulsos nerviosos que permiten echar a andar una serie de mecanismos digestivos, como por ejemplo la secreción de ácido clorhídrico, los cuales al no haber alimento en el estómago puede generar irritación e incluso úlceras (Anuales de pediatría, 2005).

CAPITULO III

3 METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de investigación

3.1.1 Cualitativo

El presente trabajo fue planteado bajo el enfoque cualitativo, puesto que se adaptado a las características y necesidades de esta investigación esto bajo el concepto que según, (Abarca, 2019)

En la presente investigación se expone de manera sustentada el aporte que tiene una buena alimentación en el desarrollo del niño y a la vez en su aprendizaje significativo.

3.2 Nivel de investigación

3.2.1 Descriptiva

Fue una investigación descriptiva, porque su intención era conocer, determinar, detallar e investigar la importancia de una buena nutrición en los niños de 3 a 4 años, así mismo nos ayudó a conocer cuáles serían las causas de una mala nutrición.

3.2.2 Explicativa

También será de nivel explicativa porque se explicarán los resultados obtenidos de la unidad educativa José María Román de la ciudad de Riobamba para conocer las causas de la mala nutrición y así poder realizar algún plan nutricional para mejorar la nutrición de los niños y por ende que ellos tengan un mejor aprendizaje.

3.3 Diseño de la investigación

3.3.1 No experimental

En el presente trabajo de investigación se utilizará la herramienta denominada ficha de observación, la misma que permitirá evaluar el desempeño de los niños en la clase porque así podremos dar una solución al problema encontrado dentro del aula.

Kerlinger y Lee (2002) nos dicen que la investigación no experimental es la búsqueda empírica y sistemática en la que el científico no posee control directo de las variables independientes, debido a que sus manifestaciones ya han ocurrido o a que son inherentemente no manipulables.

3.4 Tipos de investigación

3.4.1 De campo

Se realizó con la población estudiantil del nivel inicial II de la Unidad Educativa José María Román porque esta permite obtener datos de la realidad y estudiarlos tal y como se presentan, sin manipular las variables.

3.4.2 Bibliográfico

El trabajo de investigación ha sido fundamentado en diferentes fuentes bibliográficas, recolectando, analizando e interpretando la información de varios autores

que constituyeron el sustento científico para obtener aprendizajes más amplios sobre el tema investigado (Rodríguez, 2012)

3.5 Población y muestra

3.5.1 Población

La población de este estudio, la constituyeron los 7 estudiantes, del inicial II de la Unidad Educativa José María Román.

Para Hernández Sampieri, "una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones". Es la totalidad del fenómeno a estudiar, donde las entidades de la población poseen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación (Población y Muestra. Ejemplo, 2012).

Tabla 1 Estudiantes de *Unidad Educativa José María Román*

| EXTRACTO | NUMERO | PORCENTAJE |
|--------------|----------|-------------|
| Niños | 4 | 50% |
| Niñas | 3 | 50% |
| Total | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

3.6 Muestra

La muestra es no probabilística e intencionada, ya que se selecciona a los elementos que los integran; para el estudio se plantea trabajar con 7 estudiantes del nivel inicial II de la Unidad Educativa José María Román

Según (Cuesta, 2009) El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo donde las muestras se recogen en un proceso que no brinda a todos los individuos de la población iguales oportunidades de ser seleccionados (González, 2017).

3.7 Técnicas e instrumentos de investigación

3.7.1 Técnica

✓ **La observación:** se consideró la observación, porque mediante esta técnica, nos permitió, obtener y recoger datos e información, sobre la problemática detectada. En esta técnica se registró lo observado, mediante las practicas pre- profesionales. Según Zapata (2006) "redacta que las técnicas de observación son procedimientos que utiliza el investigador para presenciar directamente el fenómeno que estudia, sin actuar sobre él esto es, sin modificarlo o realizar cualquier tipo de operación que permite manipular."

3.8 Instrumento

✓ **Ficha de observación:** es un instrumento que nos permite registrar datos, la ficha

consta de 10 indicadores que nos proporciona información, la cual debe tener relación con nuestra variable.

3.8.1 Procedimiento para la recolección de datos.

La información recolectada se procederá de la siguiente manera:

- Estudio empírico sobre la necesidad o problema detectado.
- Toma de datos en base a la aplicación de los instrumentos.
- Revisión de la información.
- Procesamiento de datos.
- Tabulación y representación gráfica de la información.
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos

CAPÍTULO IV

4 Resultados y Discusión

4.1 Resultados de la ficha de observación

A continuación, presentare los resultados obtenidos en la ficha de observación realizada a los niños de 3 a 4 años de edad de la Unidad Educativa “José María Román”

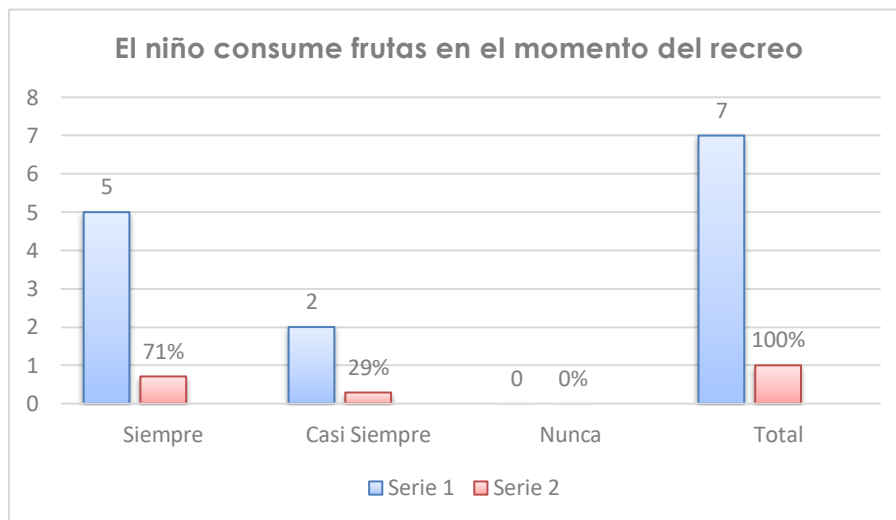
Tabla 2 ¿El niño consume frutas en el momento del recreo?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|--------------|------------|-------------|
| ¿El niño consume frutas en el momento del recreo? | SIEMPRE | 5 | 71 % |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29 % |
| | NUNCA | 0 | 0% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 1 El niño consume frutas en el momento del recreo



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

En la ficha de observación que se ejecutó en el aula se pudo evidenciar que el 71%, lo que equivale a 5 niños tienen una buena alimentación variada, mientras que el 29%, equivalente a 2 niños no siempre tienen una correcta alimentación.

Interpretación

La mayoría de los niños tienen una correcta alimentación, lo cual les permite tener un buen aprendizaje significativo por ende desarrollaran de mejor manera sus habilidades.

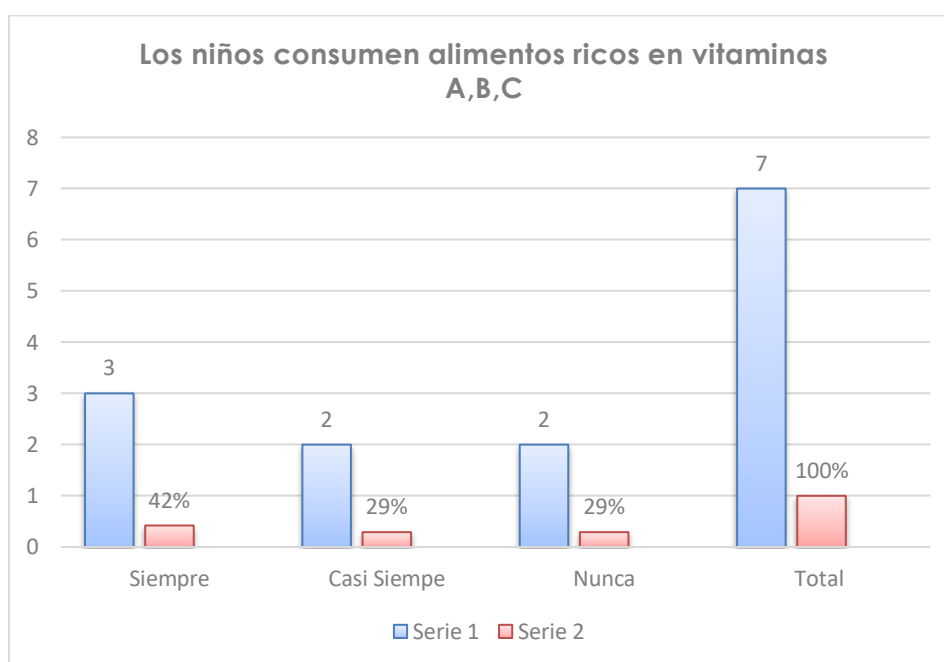
Tabla 3 ¿Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, C?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|--------------|------------|------------|
| ¿Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, C? | SIEMPRE | 3 | 42 % |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29% |
| | NUNCA | 2 | 29% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 2 Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, C



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos de la ficha de observación se pudo evidenciar que el 42% equivalente a 3 niños si consumen frutas, mientras que el 29% consumen una sola fruta es notorio que no contienen las vitaminas variadas y por último el otro 29% no consume ningún tipo de frutas.

Interpretación

La mayoría de los niños no consumen las vitaminas necesarias diariamente, hay niños que solo consumen 1 fruta por día lo cual indica que no existe una buena nutrición.

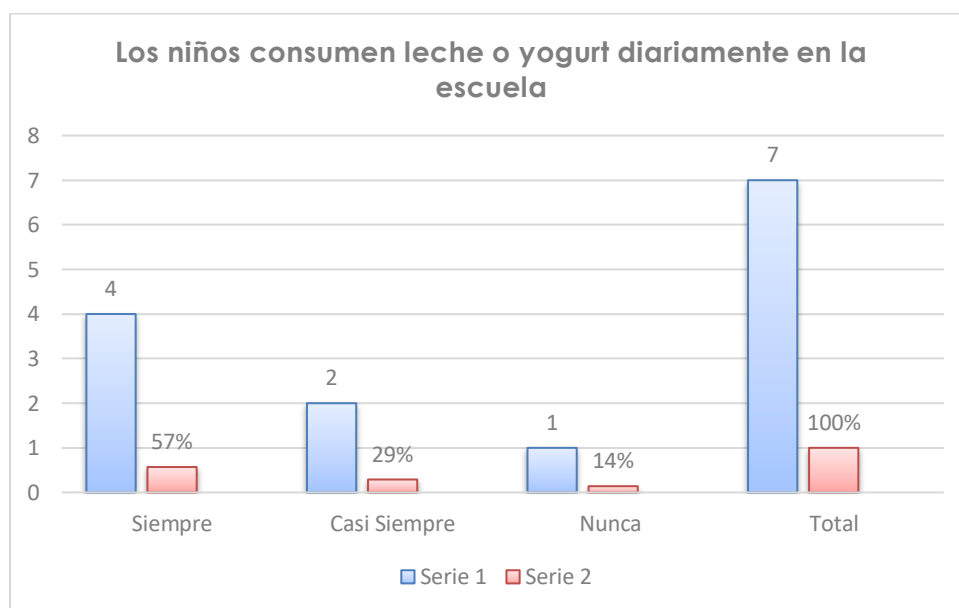
Tabla 4 ¿Los niños consumen leche o yogurt diariamente?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|--------------|------------|-------------|
| ¿Los niños consumen leche o yogurt diariamente? | SIEMPRE | 4 | 57 % |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29% |
| | NUNCA | 1 | 14% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 3 Los niños consumen leche o yogurt diariamente



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

En la ficha de observación que se ejecutó dentro del aula nos dio como resultados que la mayoría de los niños 57% si llevaban bebidas que ayudan a su nutrición d, mientras que el 29% equivalente a 2 niños no siempre llevan bebidas nutritivas y finalmente el 14% equivalente a 2 niños nunca llevan bebidas nutritivas, dando lugar solo a refrescos lo cual no ayuda a una buena nutrición.

Interpretación

Según los datos obtenidos de la ficha aplicada en el aula se puede evidenciar que la mayoría de los niños si consumen bebidas que ayudan a su buena salud por ende también ayudan a tener un aprendizaje significativo de alto nivel.

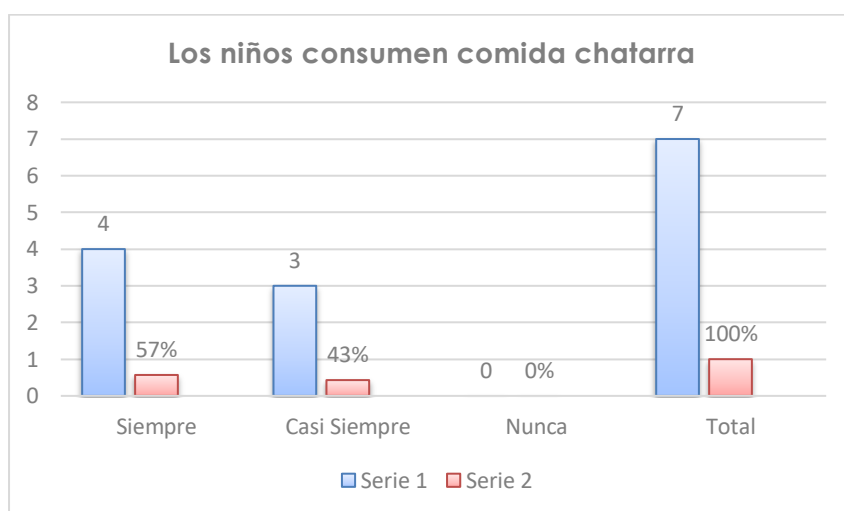
Tabla 5 ¿Los niños comen comida chatarra?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------------|--------------|------------|-------------|
| . ¿Los niños comen comida chatarra? | SIEMPRE | 4 | 57 % |
| | CASI SIEMPRE | 3 | 43% |
| | NUNCA | 0 | 0% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 4 Los niños consumen comida chatarra



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos en la ficha de observación pudimos observar que la mayoría de los niños 57% si consumen comida chatarra, mientras que el 43% consumen moderadamente, ya que el consumo no es diario.

Interpretación

Según los datos obtenidos dentro del aula pudimos evidenciar que la mayoría de los niños consumen comida chatarra lo cual es perjudicial para su desarrollo y a la vez perjudica a su aprendizaje.

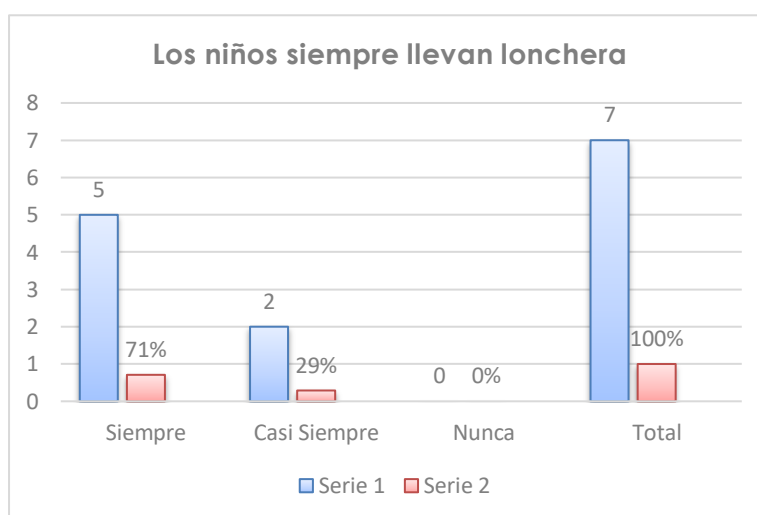
Tabla 6 ¿Los niños siempre llevan lonchera?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------------|--------------|------------|-------------|
| ¿Los niños siempre llevan lonchera? | SIEMPRE | 5 | 71 % |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29% |
| | NUNCA | 0 | 0% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 5 Los niños siempre llevan lonchera



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos en la ficha de observación se pudo evidenciar que la mayoría de los niños 71% siempre llevan lonchera a su escuela, lo cual es beneficioso para su salud ya que ayuda a su nutrición y a desarrollar su aprendizaje, mientras que el 29% no llevan siempre su lonchera por dicha razón no les permite desarrollar de mejor manera su aprendizaje significativo.

Interpretación

En los datos obtenidos evidencian que la mayoría de los niños siempre llevan lonchera lo cual es de suma importancia ya que eso les ayuda a su salud y por lo tanto también les permite tener un buen aprendizaje significativo.

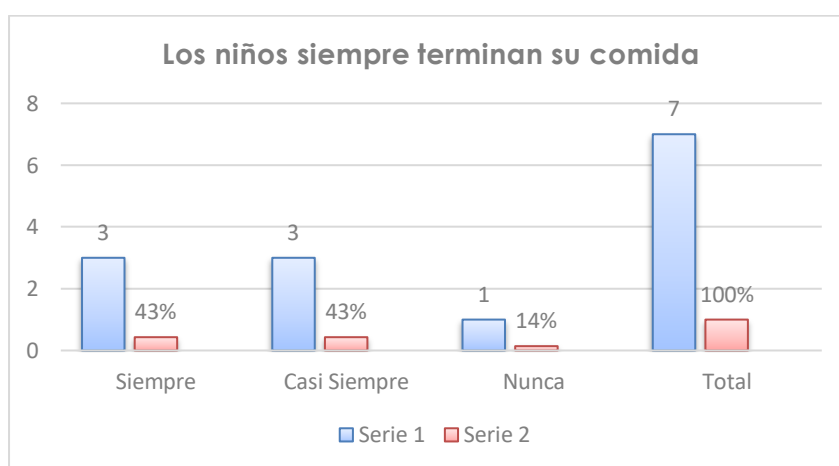
Tabla 7 ¿Los niños siempre terminan su comida?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--|--------------|------------|-------------|
| . ¿Los niños siempre terminan su comida? | SIEMPRE | 3 | 43% |
| | CASI SIEMPRE | 3 | 43% |
| | NUNCA | 1 | 14% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 6 Los niños siempre terminan su comida



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Una vez realizada la ficha de observación se pudo evidenciar que el 43% equivalente a 3 niños si terminan su comida ayudando a su nutrición, mientras que el otro 43% algunas veces dejan un poco de comida, esto puede ser porque tal vez ya estén llenos, finalmente se puede decir que el 14% la mayoría de las veces guarda su comida, esto puede ser porque el plato o la comida no es de su interés

Interpretación

Según los datos se puede decir que la mayoría siempre termina su comida ayudando así a su nutrición y desarrollo, mientras que los otros niños en vez de ayudar a su cuerpo al no comer su comida están perjudicando no solo su salud sino también a desarrollar de mejor manera su aprendizaje.

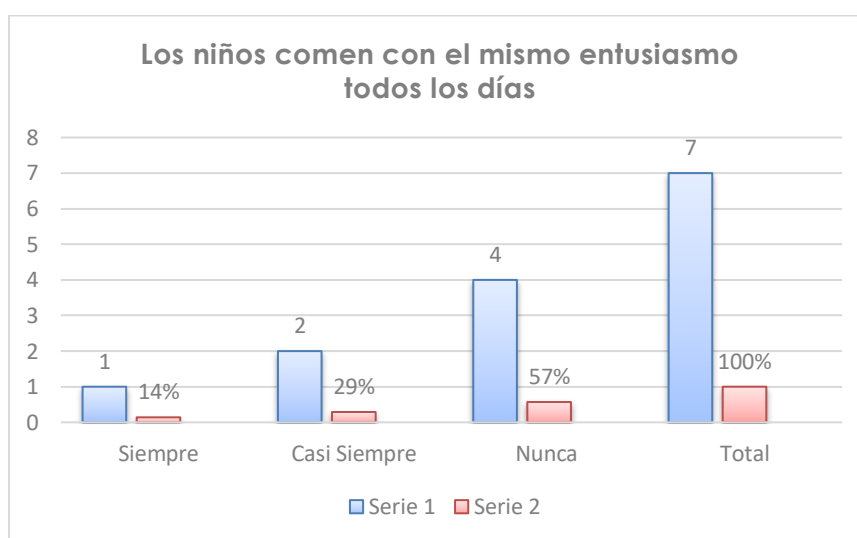
Tabla 8 ¿Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|--|--------------|------------|-------------|
| ¿Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días? | SIEMPRE | 1 | 14% |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29% |
| | NUNCA | 4 | 57% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 7 Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos de la ficha de observación se pudo evidenciar que el 57% equivalente a 4 niños no siempre comen el mismo entusiasmo, puede ser porque la comida no sea de su agrado o llamativa para los niños, mientras que el 29% equivalente a 2 niños rara vez comen con gusto la comida y finalmente se puede decir que el resto de los niños si comen con el mismo entusiasmo, esto puede ser porque la comida que lleva preparada sea de su agrado o sea llamativa para el niño.

Interpretación

Una vez obtenidos los datos gracias a la ficha de observación se concluye que la mayoría de los niños no comen siempre con el entusiasmo, esto puede ser debido a que los alimentos no sean de su agrado, no sean llamativos para el niño o su a vez no estén bien preparados.

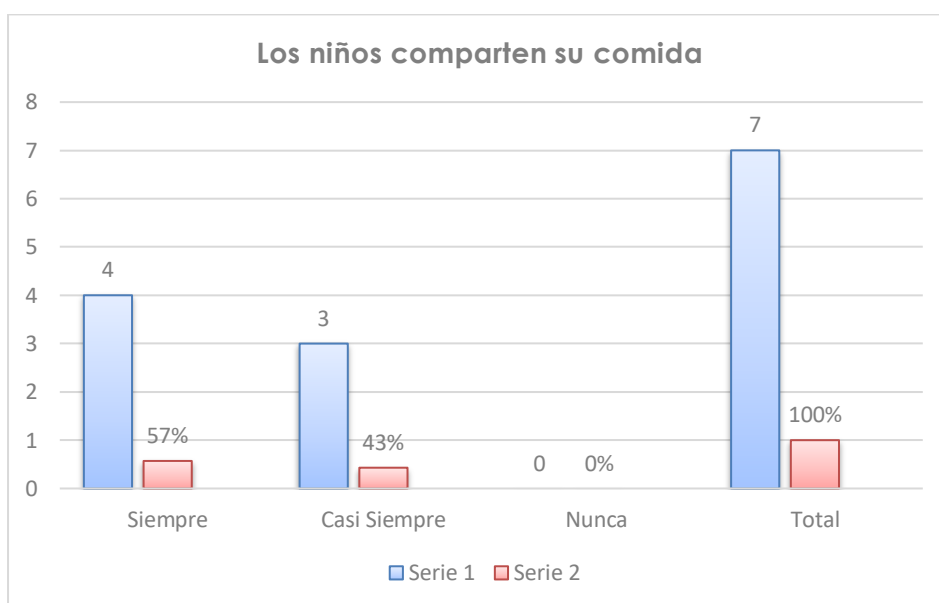
Tabla 9 ¿Los niños comparten su comida?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---------------------------------|--------------|------------|-------------|
| ¿Los niños comparten su comida? | SIEMPRE | 4 | 57% |
| | CASI SIEMPRE | 3 | 43% |
| | NUNCA | 0 | 0% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 8 Los niños comparten su comida



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos se puede evidenciar que la mayoría de niño 57% s comparten su comida lo cual es importante ya que así tienen una comida balanceada, mientras que los otros niños no siempre comparten, pero si se alimentan, por ende, están ayudando a su cuerpo a nutrirse de una mejor manera y también ayudan a su aprendizaje significativo.

Interpretación

Mediante los datos obtenidos se puede decir que la mayoría de los niños si comparten sus alimentos, de esta forma hacen que todos ellos coman una comida balanceada lleno de nutrientes, proteínas ayudando así a su salud y a desarrollar de mejor manera su aprendizaje.

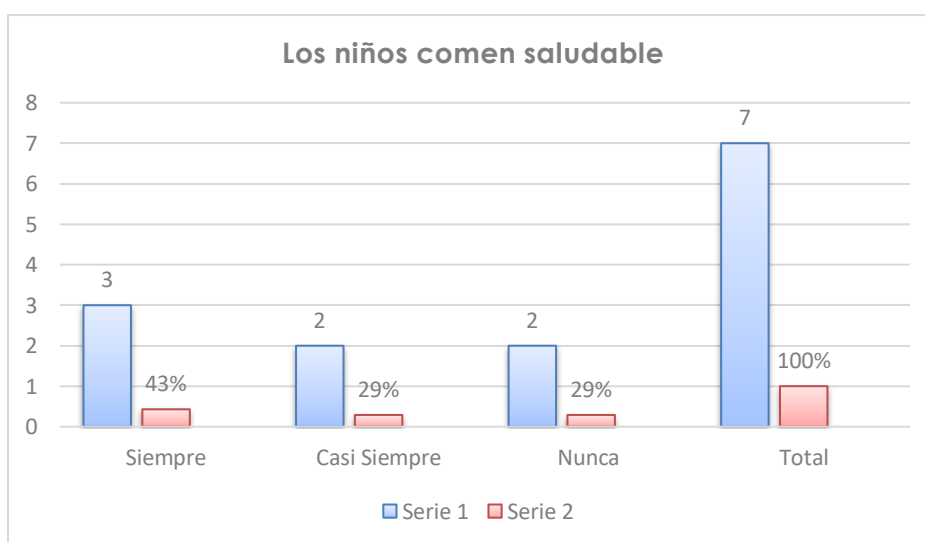
Tabla 10 ¿Los niños comen saludable?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-----------------------------|--------------|------------|-------------|
| ¿Los niños comen saludable? | SIEMPRE | 3 | 43% |
| | CASI SIEMPRE | 2 | 29% |
| | NUNCA | 2 | 29% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 9 Los niños comen saludable



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos se puede decir que la mayoría de los niños 58% no siempre comen comida saludable lo cual no ayuda a su buen desarrollo, mientras que el 43% siempre ingiere comida que le ayuda a su desarrollo y por ende ayuda a mejorar su aprendizaje significativo.

Interpretación

Una vez obtenidos los resultados se ha llegado a la conclusión que no todos los niños van desayunando hacia la escuela lo que es perjudicial para su salud y a la vez no permite que el niño esté atento a sus clases, impidiendo desarrollar de mejor manera sus actividades dentro o fuera del aula.

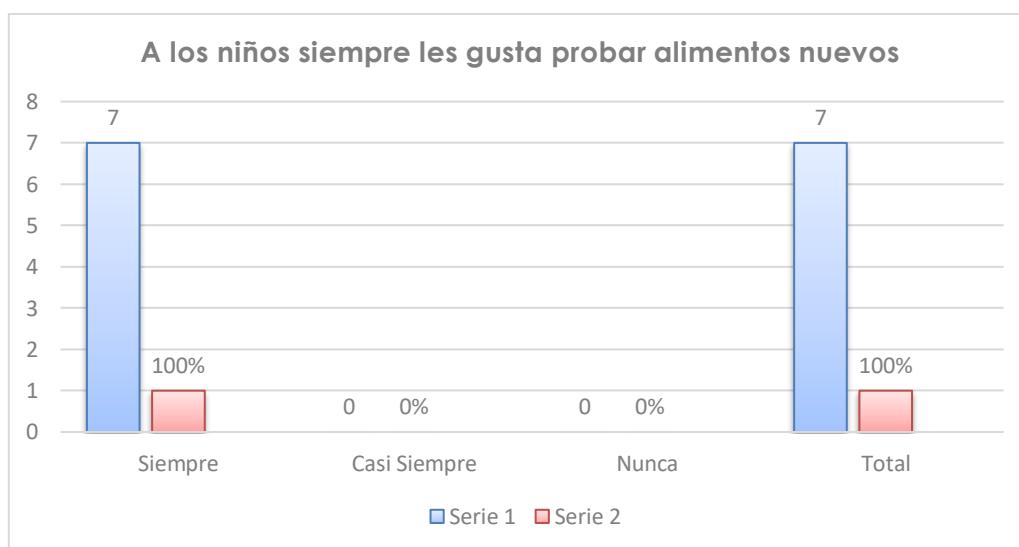
Tabla 11 ¿A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos?

| INDICADOR | VARIABLES | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|--------------|------------|-------------|
| ¿A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos? | SIEMPRE | 7 | 100% |
| | CASI SIEMPRE | 0 | 0% |
| | NUNCA | 0 | 0% |
| | TOTAL | 7 | 100% |

Elaborado por: Talía Toaquiza

Fuente: Unidad Educativa José María Román

Figura 10 A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos



Elaborado por: Talía Toaquiza

Análisis

Según los datos obtenidos se puede decir que a todos los niños 100% les gusta probar comida nueva, de esa manera dan lugar al intercambio de sus comidas permitiendo así comer balanceado y que mejor si el niño disfruta al momento de hacerlo.

Interpretación

Se puede decir que a todos los niños les gusta probar diferentes comidas ya pueden ser en frutas, legumbres, etc. Esto le permite al niño a tener una comida balanceada lo cual ayuda a que el niño tenga una buena nutrición y por ende un buen aprendizaje significativo.

4.2 Discusión

Luego de la interpretación de los datos arrojados por la ficha de observación a continuación, se presenta la discusión de los resultados encontrados en la presente investigación sobre “La desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa “José María Román”, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”. En el presente estudio se utilizó una ficha de observación presencial a los 7 niños siendo 3 niñas y 4 niños.

De esta manera se puede evidenciar cuales eran las causas de la desnutrición en los niños, también se observa que comidas eran las que llamaban atención a los niños, con las que los niños se sentían a gusto al momento de comer.

Con todos los datos obtenidos mediante la ficha de observación permitió tener en cuenta que la desnutrición si estaba presente en varios niños, una de sus causas era que a veces ellos no venían comiendo y pasaban hambre hasta llegar a sus casas, también se pudo evidenciar dar cuenta que los alimentos no eran tan variados y que no lleva los nutrientes necesarios en el plato.

Se puede también evidenciar que la mayoría de comida que mandaban los padres a sus hijos no era saludable si no que eran golosinas, algo que es perjudicial para los niños afectando así su salud e interrumpiendo con su nutrición y a la vez también perjudica a su aprendizaje significativo.

Por último, se puede manifestar que una buena alimentación ayuda a que los niños aprendan de mejor manera esto ya que si el niño está bien nutrido va a tener energía para trabajar y realizar las actividades que se dicten dentro o fuera del aula, así también el niño siempre va a estar despierto y con deseos de aprender cosas nuevas. También hay que tener en claro que al momento de preparar comida variada con todos los nutrientes necesarios se ayudara a que el niño tenga una buena salud y no tenga ninguna complicación en su salud.

CAPÍTULO V

5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Según lo expuesto se logra fundamentar que la desnutrición reduce la asistencia escolar perjudicando la capacidad de los niños para lograr aprender e integrarse productivamente en el mundo intelectual, perdiendo no solo oportunidades educativas, sino también elevando su riesgo de abandonar la escuela. Corroborándolo en los niños de la Unidad Educativa “José María Román” parroquia Velasco, cantón Riobamba, provincia de Chimborazo periodo 2021 donde presentan un grado de desnutrición en el grupo producto de estudios del 25 % de alumnos.
- Al analizar los hábitos alimenticios en los niños de 3 a 4 años se concluye que son deficientes porque existen factores tales como la falta de buenos hábitos alimenticios es por dicha razón que se debe realizar mayor seguimiento y control a los niños con desnutrición, garantizando un mejor desarrollo tanto físico crecimiento, como ganancia de peso adecuado a la edad, concientizando a los cuidadores como la misma afecta en el desarrollo intelectual de los mismos.
- En la propuesta de un plan de nutrición propone que cada niño debe consumir: 3 raciones de cereales o pastas, 3 raciones de pan, coladas, 3-5 raciones de frutas, 3-4 raciones de leche y derivadas, 3-4 raciones de carne magra y huevo y de 3 a 4 raciones embutidos, dulces y chocolates para lograr una nutrición y con ello otorgar nuevas oportunidades educativas en los niños de la Unidad Educativa.

Recomendaciones

- Para que los niños puedan alcanzar con satisfacción todos los aprendizajes significativos se tiene que empezar por incentivar la alimentación saludable y empiecen a crear sus propios hábitos alimenticios para que su organismo reciba favorablemente los nutrientes logrando así el desarrollo de todas sus capacidades intelectuales y desarrollar de mejor manera su aprendizaje.
- Se recomienda realizar un seguimiento de peso y talla en los casos detectados para de esta manera establecer estrategias tanto dentro y fuera del centro para trabajar conjuntamente e incluir normas básicas sobre una buena alimentación y con esto se estará sembrando bases fundamentales en la salud física que influye directamente en el proceso educativo
- Aplicar el plan nutricional por medio de charla a los estudiantes, padres de familia y docentes demostrando que es una herramienta que permitirá incentivará a los padres de familia realizar comidas balanceadas y a la vez llamativas a sus hijos para lograr una nutrición adecuada.

Bibliografía

- ALCÁZAR, J. A. (Noviembre de 2009). *LOS ESTILOS DE APRENDIZAJE EN LA ENSEÑANZA*. LOS ESTILOS DE APRENDIZAJE EN LA ENSEÑANZA: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6252.pdf>
- Alimentos saludables*. (6 de Agosto de 2020). <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/alimentos-saludables.html#:~:text=Un%20alimento%20saludable%20es%20aque, nutrientes%20que%20proporcionan%20los%20alimentos>.
- Andrade, I. (2020). *LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL JARDÍN DE INFANTES “JUAN LEÓN MERA”, PARROQUIA LA CONCEPCIÓN, CANTÓN MIRA, PROVINCIA DEL CARCHI EN EL AÑO LECTIVO 2009-2010*. https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2271/1/tebp_2020_240.pdf
- Anuales de pediatría*. (Septiembre de 2005). Manual de pediatría: <https://www.analesdepediatría.org/es-alimentacion-del-nino-edad-preescolar-articulo-13081721>
- Ayala, M. (6 de Octubre de 2020). *Los 20 estilos de aprendizaje más comunes*. Los 20 estilos de aprendizaje más comunes: <https://www.lifeder.com/estilos-de-aprendizaje/>
- Bank, E. S. (18 de 02 de 2020). *Inversión en fast food: principales protagonistas del sector de la comida rápida*. <https://blog.selfbank.es/inversion-en-fast-food-principales-protagonistas-del-sector/>
- Chavez, B. (2019). *“LA DESNUTRICIÓN EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE LOS Depositopthos*. (s.f.). *comida chatarra*. comida chatarra: https://www.google.com/search?q=comida+chatarra+&tbm=isch&ved=2ahUKEwiwud u09-b1AhXGHd8KHRLNCwwQ2-cCegQIABAA&oq=comida+chatarra+&gs_lcp=CgNpbWcQAzIHCCMQ7wMQJzIHC CMQ7wMQJzIICAAQgAQQsQM yBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEMgUIABCABDIFCAAQgAQyBQgAEIAEUIMGWLgR
- Druyan y Sagan . (2005). *Desarrollo Infantil Temprano*. Desarrollo Infantil Temprano: <https://www.oas.org/udse/dit2/por-que/nutricion.aspx>
- FEN. (1 de Octubre de 2014). *Hábitos alimentarios*. <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/#:~:text=Los%20h%C3%A1bitos%20alimentarios%20son%20comportamientos,unas%20influencias%20sociales%20y%20culturales.&text=La%20Infancia%20es%20el%20momento%20%C3%B3ptimo%20para%20adquirir%20unos%20buenos%20h>
- fundacion española dela desnutricion*. (1 de 10 de 2014). Hábitos alimentarios: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/#:~:text=Los%20h%C3%A1bitos%20alimentarios%20son%20comportamientos,unas%20influencias%20sociales%20y%20culturales.&text=La%20Infancia%20es%20el%20momento%20%C3%B3ptimo%20para%20adquirir%20unos%20buenos%20h>
- Fundacion Salud Infantil. (2021). *Recomendaciones en la Alimentación de la Primera Infancia*.: <https://fundacionsaludinfantil.org/recomendaciones-de-alimentacion-ninos/>
- Gardey ,Pérez y Porto. (2022). *DEFINICIÓN DE APRENDIAJE*. <https://definicion.de/aprendizaje/>
- Garrido, A. C. (2003). *Desnutrición crónica : estudio de las características*., Desnutrición crónica : estudio de las características,: https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/monografias/basic/herrera_ga/cap1.pdf
- GÓMEZ, L. E.-C. (19 de noviembre de 2011). *ALIMENTACIÓN SANA COMO FACTOR*

IMPORTANTE EN EL ALIMENTACIÓN SANA COMO FACTOR IMPORTANTE EN EL:

- <http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/331/3/Alimentaci%C3%B3n%20ana%20como%20factor%20importante%20en%20el%20rendimiento%20escolar%20de%20los%20estudiantes.pdf>
- González, L. Á. (02 de 02 de 2017). *Muestreo probabilístico y no probabilístico. Teoría*.
<https://www.gestiopolis.com/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-teoria/>
- HABITOS ALIMENTARIOS.** (1 de 10 de 2014). <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/#:~:text=Los%20h%C3%A1bitos%20alimentarios%20son%20comportamientos,unas%20influencias%20sociales%20y%20culturales.&text=La%20Infancia%20es%20el%20momento%20%C3%B3ptimo%20para%20adquirir%20unos%20buenos%20h%>
- Hernandez, f. y. (1 de 12 de 2012). *Diseños no experimentales. Según Hernandez, fernandez y Baptista*. <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/12/disenos-no-experimentales-segun.html#:~:text=Dise%C3%B1os%20no%20experimentales.-,Seg%C3%BAn%20Hernandez%2C%20fernandez%20y%20Baptista.,variar%20intencionalmente%20las%20variables%20independientes.&text=Por%20de>
- Llangari, P. (2019). **INCIDENCIA DE LA DESNUTRICIÓN EN EL APRENDIZAJE DE LOS 1er y 2do CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA.**
- Marquez, H., Garcia, V., & Villa, A. (09 de Junio de 2012). *Clasificación y evaluación de la desnutrición*. El Residente: <https://www.medigraphic.com/pdfs/residente/rr-2012/rr122d.pdf>
- Mejía, A., & Galarraga, E. (2023). Desnutrición infantil en niños menores de 5 años en Ecuador durante el periodo 2017-2021; revisión sistemática. *Revista Sanitaria de Investigación*, 1(56.), 5-15. <https://doi.org/https://revistasanitariadeinvestigacion.com/desnutricion-infantil-en-ninos-menores-de-5-anos-en-ecuador-durante-el-periodo-2017-2021-revision-sistemica/>
- OMS. (2019). *Atención primaria de salud*. Region de las Americas: OMS.
- Ortiz y Peña. (2016). Desnutrición infantil, salud y pobreza: intervención desde un programa integral. *Nutrición Hospitalaria*.
- Ortiz y Pineda. (16 de Agosto de 2019). *Desnutrición infantil, salud y pobreza: intervención desde un programa integral*.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112006000700011
- Pérez, L. R. (1 de Mayo de 2019). *Trucos para motivar a los niños a comer. Por qué no come mi hijo*. <https://www.guiainfantil.com/alimentacion/ninos/por-que-no-debemos-fijar-el-tiempo-que-necesita-un-nino-para-comer/>
- Población y Muestra. Ejemplo.* (12 de 04 de 2012). Población y Muestra. Ejemplo:
<http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/04/poblacion-y-muestra-ejemplo.html>
- PROFESOR HACHE.** (19 de Marzo de 2021). **LAPIRAMIDA ALIMENTICIA O NUTRICIONAL PARA NIÑOS.**
https://www.google.com/search?q=piramide+nutricional+para+ni%C3%B1os+de3-+4+a%C3%B1os&rlz=1C1PNBB_esEC960EC960&sxsrf=APq-WBs-gT5FCmSXJb5oxCWOj_gY4AmBIw:1644005644256&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwiCxLyj7ub1AhUgTTABHe1iD8IQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1707&bi
- Rodríguez, A. M. (2012). *Comunicación; Ciencia; Pensamiento científico; Innovaciones pedagógicas*;. Comunicación; Ciencia; Pensamiento científico; Innovaciones pedagógicas;:
"http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/idep/20151026052301/DesarrolloPensamiento Cientifico.pdf"
- Steiner, R. (2012). *Nutrición para la libertad: Bases espirituales de la alimentación. Tomo II. Conferencias escogidas por Kurt T. Willmann*. Buenos Aires: Editorial Antroposófica.
- Telecom., N. (Junio de 2021). *Recomendaciones en la Alimentación de la Primera Infancia*.
<https://fundacionsaludinfantil.org/recomendaciones-de-alimentacion-ninos/>
- Trenas, F. R. (Julio de 2009). **APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO Y CONSTRUCTIVISMO.**

APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO Y CONSTRUCTIVISMO.:

<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd4981.pdf>

Trucos para motivar a los niños a comer. Por qué no come mi hijo. (s.f.).

<https://www.guiainfantil.com/alimentacion/trastornos/trucos-para-motivar-a-los-ninos-a-comer-por-que-no-come-mi-hijo/>

UNICEF. (Octubre de 2018). *Informe de la desnutrición 2018.*

<https://www.unicef.org/sites/default/files/2019-01/UNICEF-Lego-Foundation-Aprendizaje-a-traves-del-juego.pdf>

Wisbaum, W. (11 de 2011). *La desnutrición infantil : causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento.*

<http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/3713>

Anexos

Anexo 1 Pirámide Alimenticia trabajada en aula



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 2 Alimentación saludable



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 3 Alimentos aconsejados para los niños



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 4 Aprendizaje kinestésico



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 5 Aprendizaje multimodal



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 6 Aprendizaje visual



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 7 Aprendizaje Auditivo



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 8 Aprendizaje Kinestesico



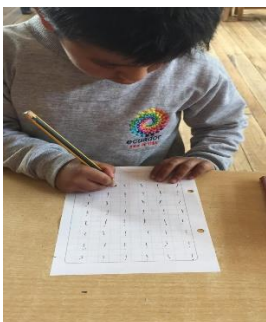
Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 9 Comida chatarra



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 10 Aprendizaje visual



Fuente: Talía Toaquiza

Anexo 11 Ficha de observacion



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACION HUMANAS Y TECNOLOGIAS

CARRERA DE EDUCACION INICIAL

Institución Educativa: Unidad Educativa “José María Román”

Nivel: Inicial II

Fecha de aplicación: 07-08 de febrero del 2022

Responsable: Talía Toaquiza

FICHA DE OBSERVACIÓN

Tema: “La desnutrición infantil en el aprendizaje significativo de los niños de 3 a 4 años de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”

Objetivo: Conocer las causas de la desnutrición de los niños de 3 a 4 años de edad de la unidad educativa José María Román, de la ciudad de Riobamba, periodo 2021”

| N° | INDICADORES | VALORACION | | |
|----|--|------------|-------------|-------|
| | | SIEMPRE | CASI SIEMRE | NUNCA |
| 1 | ¿El niño consume frutas en el momento del recreo? | | | |
| 2 | ¿Los niños consumen alimentos ricos en vitaminas A, B, ¿C? | | | |
| 3 | ¿Los niños consumen leche o yogurt diariamente? | | | |
| 4 | ¿Los niños comen comida chatarra? | | | |
| 5 | ¿Los niños siempre llevan lonchera? | | | |
| 6 | ¿Los niños siempre terminan su comida? | | | |
| 7 | ¿Los niños comen con el mismo entusiasmo todos los días? | | | |
| 8 | ¿Los niños comparten su comida? | | | |
| 9 | ¿Los niños comen comida saludable? | | | |
| 10 | ¿A los niños siempre les gusta probar alimentos nuevos? | | | |

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN



Anexo 12 Planificación de menú semanal para niños en caso de desnutrición (3-4 años de edad)

| Planificación de menú semanal Días | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | Domingo |
|--|------------------------------------|---|---|---|--|--|---|
| Desayuno | Cereal+ yogur +fruta | Huevos revueltos pan +zumo de naranja | Taza de leche semi o descremada con 1 cucharadita de azúcar ,1/2 pan con mermelada y mantequilla. | Leche con galletas de avena caseras. | Granola con yogur+ fruta | Batido +pan integral con mermelada o mantequilla | Cereales frutos secos y leche |
| Media Mañana | Pan +queso | Pure de papa +Pollo +fruta | Barra de granola y yogur | Plátano y yogur | Pan jamon+leche con chocolate | Choclo tierno + queso | Galletas con leche |
| Almuerzo | Pasta/ Carne de res +zumo de fruta | Crema de espinaca Papa rellena con atún Manzana asada | Arroz integral con salsa de tomate. Filete de res y rodajas de tomate Fruta | Arroz con Lentejas y filete de corvina Yogur natural | Crema de zanahoria Filete de pollo con ensalada de verduras | Puré de papa y filete de res zumo de cualquier fruta | Espaguetis con verduras, trocitos de pollo Yogur natural |
| Media Tarde | Galletas /leche/fruta a elección | Frutos secos | Plátano y yogur natural | Batido con pan y jamón | Colada de manzana con pan | Barra de granola | Empanada de carne zumo de frutas |
| Cena | Arroz/pollo/verduras | Filete de pollo rebozado con puré de patatas Gelatina con frutas | Ensalada de pasta integral. Pescado con calabacín y zanahoria. | Revuelto de huevo con papas, queso fresco y pollo. Fruta | Macarrones integrales con salsa de diferentes verduras | Albóndigas de res en salsa con verduras. | Crema de zanahoria +fruta |

Elaborado por: Talia Toaquiza

Cada niño debe consumir: 3 raciones de cereales o pastas
 3 raciones de pan, coladas.
 De 3-5 raciones de frutas
 De 3-4 raciones de leche y derivadas
 De 3-4 raciones de carne magra y huevo
 De 3-4 raciones embutidos, dulces, chocolates

Menú semanal de lunch

| Días | Menú |
|-----------|--|
| Lunes | Pan con hamburguesa de pollo Zumo de Piña Mandarina |
| Martes | Huevos de codorniz Batido de fresa Galletas de avena |
| Miércoles | Yogur con cereal Manzana y barra de granola |
| Jueves | Pastel de banano Nuggets de pollo Zumo de naranja |
| Viernes | Sanduche de Aguacate y atún Arándanos Agua |

Elaborado por: Talía Toaquiza