



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

Trabajo de titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Profesora de Educación Parvularia e Inicial.

TEMA:

**“ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO LECTIVO 2018”**

**AUTORA**

Gissela Gabriela Carranza Barreno

**TUTORA**

Ms: Dolores Gavilanes Capelo

**Riobamba - Ecuador**

**2020**

## REVISIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del tribunal de graduación del proyecto “**ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO LECTIVO 2018**”.

Presentado por la estudiante Gissela Gabriela Carranza Barrano y dirigido por la Mgs. Dolores Gavilanes Capelo.

Una vez escuchada su defensa oral y revisado el informe del proyecto de investigación con fines de graduarme en el cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Por constancia de lo expuesto firma:

Mgs. Zoila Román  
**PRESIDENTA DEL TRIBUNAL**

Mgs. Nancy Valladares  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

Msg. Luis Alvear  
**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

Mgs. Dolores Gavilanes  
**TUTORA**

## CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de tutora de la tesis Titulada **“ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO LECTIVO 2018”**. De autoría de la **estudiante Gissela Gabriela Carranza Barreno** con cedula N° **180410474-1**, egresada de la Licenciatura en la Carrera de Educación Parvularia e Inicial, Me corresponde informar que se ha trabajado de manera sistematizada con la mencionada egresada, habiendo cumplido con su trabajo de investigación y realizado las correcciones sugeridas encontrándose apta para la defensa Publica.

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad facultando a la interesada hacer uso del presente para mis trámites respectivos.



Mgs. Dolores Gavilanes Capelo

**TESIS DE TUTORA**

## CERTIFICADO DE PLAGIO

Que Gissela Gabriela Carranza Barreno con CC: 180410474-1, estudiante de la carrera de Educación Parvularia E Inicial, Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado Titulada **“ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO LECTIVO 2018”** que corresponde al dominio científico Desarrollado: **SOCIOECONOMICO Y EDUCATIVO PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA INSTITUCIÓN DEMOCRÁTICA Y CIUDADANA** y alineada de investigación: **Educación Superior y Formación Profesional** cuenta el 7 % Reportado en el sistema Anti plagio nombre del sistema, porcentaje aceptado de acuerdo al reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, a 03 de febrero del 2020



Mgs. Dolores Gavilanes Capelo

**TESIS DE TUTORA**

## AUTORÍA

La responsabilidad del contenido del presente proyecto de investigación, previo a la obtención del título de Licenciada En Ciencias de la Educación, profesora en Educación Parvularia e Inicial con proyecto de Titulado **ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH “PEQUEÑOS PUPILLOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO LECTIVO 2018**” corresponde exclusivamente a **Gissela Gabriela Carranza Barreno** con cedula de identidad N<sup>o</sup> **180410474-1** y la tutora del Proyecto la Msg. Dolores Gavilanes Capelo; y el patrimonio de la misma a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Gissela Gabriela Carranza Barreno

## **DEDICATORIA**

A Dios:

Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además por su infinita bondad y amor.

A mis Queridos Hijos y Esposo:

Por ser mi motivación para cumplir mis metas, todo lo que hago lo hago por ellos.

A mis padres:

Por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo. Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.

*Gissela Carranza*

## AGRADECIMIENTO

Mi agradecimiento es a Dios en primer lugar por darme la vida, bendecirme y darme fuerza para poder llegar culminar mis estudios.

Agradezco a mis Madre por su cariño, amor y su apoyo incondicional y haberme enseñado Principios y Valores por ser el pilar fundamental de mi vida.

A mi esposo y a mis 2 hijos que siempre me dan su apoyo en los momentos oportuno con su amor, sacrificio y esfuerzo.

A la Mgs. Dolores Gavilanes por su tiempo estipulado para poder concluir mi titulación.

*Gissela Carranza*

## ÍNDICE GENERAL

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR.....	III
CERTIFICADO DE PLAGIO .....	IV
AUTORÍA .....	V
DEDICATORIA .....	VI
AGRADECIMIENTO .....	VII
RESUMEN .....	XII
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I .....	2
1.1 El Problema de la Investigación.....	2
1.2 Planteamiento del Problema.....	2
1.2 Formulación del problema.....	4
1.3 Objetivos de Investigación.....	5
1.3.1 Objetivo General.....	5
1.3.2 Objetivos Específicos.....	5
1.4 Justificación .....	6
CAPÍTULO II.....	7
2.1 MARCO TEÓRICO .....	7
2.1.1 Antecedentes.....	7
2.1.2 La importancia de la alimentación en preescolar.....	7
2.1.3 Importancia de la alimentación equilibrada en los primeros meses de los niños y niñas	10
2.1.4 Alimentación en los niños y niñas en el preescolar.....	11
2.1.5 Alimentación.....	12
2.1.6 Importancia de mantener una alimentación Balanceada.....	13
2.1.7 Salud .....	14
2.1.8 Alimentación saludable.....	14
2.1.9 Desarrollo.....	14
2.1.10 Aprendizaje.....	15
2.1.11 ALIMENTACIÓN Y DESARROLLO COGNITIVO .....	16
CAPÍTULO III.....	16

3.1 METODOLOGÍA .....	16
3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	17
1.2. MÉTODOS .....	20
CAPÍTULO IV. ....	21
4.1 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS .....	21
4.2. TECNICAS PARA PROCESAMIENTO DE INTERPRETACIONES.....	21
4.1 Ficha de Observación a los niños y niñas de Inicial1 del CNH “Mis Pequeños Pupilos” del MIES. ....	22
CAPÍTULO V .....	32
5.1 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	32
5.1.2. Conclusiones.....	32
5.1.2 Recomendaciones. ....	32
1. Bibliografía .....	34

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Usa los utensilios para alimentarse .....	22
Tabla 2. Identifica los utensilios propios para su alimentación .....	23
Tabla 3. Controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse .....	24
Tabla 4. Selecciona juegos y materiales. ....	25
Tabla 5 . Participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos. ....	26
Tabla 6. Practica algunos hábitos de higiene personal. ....	27
Tabla 7. Practica algunas normas de higiene durante su alimentación.....	28
Tabla 8.Comenta sobre oficios que realizase familia en su hogar.....	29
Tabla 9. Cooperera en actividades sencillas. ....	30
Tabla 10. Degusta comidas y bebidas típicas de su región.....	31

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico N° 1. Usa los utensilios para alimentarse .....	22
Grafico N° 2. Identifica los utensilios propios para su alimentación .....	23
Grafico N° 3. Controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse .....	24
Grafico N° 4. Selecciona juegos y materiales.....	25
Grafico N° 5. Participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos.....	26
Grafico N° 6. Practica algunos hábitos de higiene personal.....	27
Grafico N° 7. Practica algunas normas de higiene durante su alimentación. ....	28
Grafico N° 8. Comenta sobre oficios que realizase familia en su hogar. ....	29
Grafico N° 9. Cooperar en actividades sencillas.....	30
Grafico N° 10. Degusta comidas y bebidas típicas de su región. ....	31



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

**“ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA EL DESARROLLO DEL  
APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN INICIAL1, DEL CNH  
“PEQUEÑOS PUPILOS” DEL, MIES, DE LA COMUNIDAD, HUALCANGA  
SAN LUIS, CANTÓN QUERO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA, AÑO  
LECTIVO 2018”**

**RESUMEN**

Esta Investigación tiene como objetivo dar a conocer la importancia que tiene la alimentación saludable para el desarrollo del aprendizaje de los niños de educación inicial, del CNH “Pequeños Pupilos” del. MIES de la comunidad, Hualcanga San Luis, cantón Quero, Provincia de Tungurahua, Año Lectivo 2018. Es importante determinar que las variables se sustentaron en la recopilación de información por medios de libros, revistas, sitios web, biblioteca virtual y redes sociales, además del lugar mismo de los hechos planteados, objetivos relacionados con el tema de la alimentación saludable en el desarrollo del aprendizaje en los niños del Inicial I lo que permitió utilizar los métodos inductivo porque partimos del problema para llegar a conocer la situación actual de esta población. Analítico ya que nos permitió analizar el hecho educativo de los niños y descriptivo porque se puede describir todos los acontecimientos desde el lugar de los hechos. Los objetivos planteados nos llevaron a determinar el uso de los alimentos saludables en el desarrollo del aprendizaje en los niños de educación inicial I. El diseño de la investigación es experimental ya que se realizó la observación en el lugar de los hechos la misma que nos permitió tomar las muestras necesarias para la desnutrición infantil tomando en cuenta la participación de la docente, padres de familia, Ministerio de Salud y el medio que rodea al niño, siendo 35 niños/as de inicial I los que fueron a estas pruebas, llegando a las conclusiones de que por los malos hábitos alimenticios de los niños/as han sido causas de la desnutrición infantil, por lo que es importante que se realice campañas de concientización con los padres de familia y sociedad general.

**Palabras Claves:** Alimentación Saludable, Hábitos Alimenticios y Desnutrición Infantil.

## ABSTRACT

This research aims to raise awareness of the importance of healthy eating for the development of learning in early childhood education, from the CNH "Pequeños Pupils" of the MIES of the community, Hualcanga San Luis, Quero canton, Tungurahua Province, School Year 2018. It is essential to determine that the variables were based on the collection of information through books, magazines, websites, virtual libraries, and social networks. Also of the place of the facts, objectives related to the issue of healthy eating in the development of learning in children of Initial I, which allowed us to use inductive methods because we started from the problem to get to know the current situation this population. Analytical since it allowed us to analyze the children's educational facts and descriptive because all the events can be described from the place of the effects. The objectives set led us to determine the use of healthy foods in the development of learning in children of initial education 1. The design of the research is experimental since the observation was carried out at the scene that allowed us to take the necessary samples for child malnutrition, taking into account the teacher, parents, Ministry of Health, and the environment that surrounds the child. Being 35 children from initial I who went to these tests, reaching the Conclusions that due to poor eating habits of children have been causes of child malnutrition, so it is vital to carry out awareness campaigns with parents and the general society.

**Key Words:** Healthy Eating, Eating Habits, and Child Malnutrition.



SIGNATURE

Reviewed by: Maldonado, Ana  
Language Center English Professor

## INTRODUCCIÓN

Los Hábitos Alimenticios en niñas y niños es de gran importancia ya que cuando no se lo lleva correctamente se considerada como un problema, se ha convertido en un factor que contribuyen a la desnutrición, las familias más propensas que un niño tenga desnutrición son las de bajos recursos o personas que viven el campo al hablar de campo es porque los niños están expuestos a muchos factores como son climáticos, higiene porque cuando están los padres de familia en el campo no cuenta con suficiente agua para tener su aseo adecuado para servirse sus alimento, o muchos niños se quedan en casa al cuidado del hermano mayor sujetos a si comen o no. Los hábitos alimenticios son costumbres que toda persona tiene. Pero el valor que brinda un alimento al consumir o ingerir al organismo son pocas personas que toman la importancia de consumir sano al hablar de comer sano se refiere a productos que nos brindan todas las necesidades que necesita nuestro organismo, pero para esto también influye el medio que lo rodeo y los principales autores de la alimentación son los padres de familia son ellos los que les inculcan, los hábitos alimenticios en sus hijos e hijas .La influencia de la alimentación en un niño es de gran potencial para su desarrollo físico y externo y al momento que hablamos de la gran utilidad que le brinda es que si un niño y niñas está alimentado equilibradamente podremos obtener un aprendizaje adecuado garantizando un rendimiento y desenvolvimiento en las etas de su desarrollo de acuerdo a su edad cronología con el fin de tener una mejor vida.

Cuando los niños y niñas tienen una alimentación adecuado, como docentes podremos llegar a un objetivo del aprendizaje ya que estos alimentos les permitirán tener mayor energía y capacidad para contribuir en las habilidades de concentración y el rendimiento dentro del aula escolar será adecuado.

El ser humano, por necesidad necesita ser alimentado a partir de su nacimiento y como padres debemos concientizar a sus niños para consumir productos saludables ya que el cuerpo que tiene la necesidad de expresar emociones e ideas y como medio de comunicación usa su cuerpo, ya que es la herramienta de expresión y comunicación por excelencia. Utiliza su cuerpo para ejecutar gestos y movimientos que exterioricen sus necesidades, emociones e ideas.

## **CAPÍTULO I.**

### **1.1 El Problema de la Investigación**

“Alimentación Saludable para el desarrollo del aprendizaje de los niños de Educación Inicial I, del CNH (Creciendo con Nuestros Hijos) “Pequeños Pupilos” del, MIES, de la comunidad, Hualcanga San Luis, cantón Quero, provincia De Tungurahua, Año Lectivo 2018”

### **1.2 Planteamiento del Problema**

Estudios han demostrado que la alimentación es un factor que influye en su vida evolutiva del ser humano en especial en los niños y niñas del Inicial I del CNH mis “Pequeños Pupilos”, hay varias evidencias que da a constataran que en esta etapa de vida la alimentación es de gran importancia ya que le permite tener una buena salud en todas las etapas de su vida. Es fundamental tomar en cuenta que hoy en día se está detectado variedades de enfermedades a tempranas edades y esto es por los malos hábitos alimenticios, en las etapas evolutivas de los niños y niñas

Según el Programa Mundial de Alimentos:

“Algo tan común como abrir la nevera y que esté llena de comida es impensable para millones de niños y niñas en el mundo. La desnutrición infantil sigue siendo un problema grave hoy en día, a pesar de que el derecho a la alimentación adecuada es un derecho fundamental que condiciona el goce de otros derechos como el derecho a la vida y a la salud.” (Educo, 2019)

Hoy en día la desnutrición infantil es un gran problema a nivel mundial, tomando en cuenta que hoy todos los niños y niñas tienen un derecho a la alimentación pero aquí viene el problema, que barias familias no cuentan con los recursos necesarios para cubrir una alimentación equilibrada. La mala alimentación en nuestros niños y niñas a corto y largo plazo nos causa grandes problemas por la desnutrición infantil por la falta de vitaminas y nutrientes el organismo no se puede desarrollarse correctamente su organismo y implica su rendimiento escolar.

Prensa Latina informa:

“Mala calidad del agua e inadecuada alimentación son los principales factores asociados a las tasas de desnutrición infantil que impacta hoy en día en Ecuador” (Prensa Latina , 2020)

A nivel Nacional nos da a conocer que varios niños y niñas están con una mala alimentación, convirtiéndose un problema para las autoridades para que tomen estrategias para combatir y radicar la mala alimentación en nuestros niños y niñas.

En Tungurahua este problema de la desnutrición muchos líderes comunitarios buscan mejora la calidad de vida de estas familia; especialmente en las comunidades campesinas e indígenas donde los niños y niñas quedan abandonados durante todo el día, bajo el cuidado de sus hermanitos mayores, mientras sus padres salen a trabajar.

Y en este contexto los estudiantes del Inicial I del CNH MIES “Pequeños Saltamontes” de la Provincia de Tungurahua Cantón Quero Comunidad Huacanca San Luis no están libres de esta problemática, que si los niños y niñas no tienen una alimentación adecuada su desarrollo no será factible para todas sus etas de vida si el niño y niñas no se alimenta correctamente su organismo físico e interno no funcionara adecuadamente y por eso es necesario para poder tener un óptimo aprendizaje.

## **1.2 Formulación del problema**

- ¿De qué manera la alimentación saludable influye en el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas de Educación Inicial I, del CNH “Pequeños Pupilos” del MIES, de la comunidad, Hualcanga San Luis, cantón Quero, provincia Tungurahua?

### **Preguntas de investigación**

- ¿Cuáles son los factores y materiales que constituyen para mantener una alimentación saludable?
- ¿Qué tipos de alimentación saludable identificaran los niños y niñas en inicial I para tener un rendimiento escolar?
- ¿Cuál es la importancia de mantener una alimentación saludable para el desarrollo del niño y niñas?

### **1.3 Objetivos de Investigación**

#### **1.3.1 Objetivo General**

Como los alimentos saludables ayudan en el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas de Educación Inicial I, del CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” del, MIES, de la comunidad, Hualcanga San Luis, Cantón Quero, Provincia de Tungurahua, año lectivo 2018

#### **1.3.2 Objetivos Específicos**

- Analizar la importancia que tiene la alimentación en el desarrollo del aprendizaje.
- Establecer ventajas de la implementación de una alimentación saludable en el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas de educación inicial.
- Identificar los niveles de desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas de educación inicial.

## 1.4 Justificación

La alimentación saludable es de suma importancia para el desarrollo de los niños y niñas, y por el mismo motivo la docente debe tomar como factor fundamental para el desarrollo del aprendizaje. Es necesario fomentar hábitos alimenticios saludables para su consumo diario.

Durante las prácticas de ejecución en el MIES CNH “Mis Pequeños Pupilos” con los niños y niñas de educación Inicial I y mi persona como estudiante de la Universidad Nacional de Chimborazo, se pudo palpar la problemática que influye la alimentación en el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas.

La alimentación saludable son hábitos desde la primera infancia, por eso debemos tomar en cuenta a los niños y niñas para un buen rendimiento escolar por los nutrientes mismos mismo que proporciona al comer sano, pero esto es un trabajo conjuntos entre niños, niñas, padres, educadora. Para poder llevar un control de que no mas se está alimentado para sí darle a conocer la variedad de productos comestibles que nos rodea, las ventajas y desventajas que nos producen cada uno de ellos a nuestro organismo.

Al plantear esta investigación, es para ver cómo influye la mala alimentación en el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas del CNH “Mis Pequeños Saltamontes”. Tomando en cuenta que los factores primordiales son Economía, entorno, cultura. Y es por eso que daremos a conocer la importancia de una a alimentación sana para el aprendizaje del niño y niña.

La investigación propuesta es factible porque se cuenta con el apoyo de la comunidad del CNH, además de los recursos con los padres de familia, tecnológicos para así mejor los hábitos alimenticios y lograr su buen desarrollo evolutivo de los niños y niñas, al momento de plantear esta investigación tiene como fin conocer los factores que producen los malos hábitos alimenticios en las familias, dándoles a conocer los problemas que genera a nuestros niños y niñas en su desarrollo físico y su intelectual para así poder garantizar un rendimiento adecuando en sus niños y niñas.

## CAPÍTULO II

### 2.1 MARCO TEÓRICO

#### 2.1.1 Antecedentes

En la búsqueda de información en la biblioteca de la Universidad Nacional de Chimborazo se encontró la siguiente investigación titulada **“Hábitos Alimenticios Para El Desarrollo De La Expresión Corporal En Niños Y Niñas De Primero De Educación Básica De La Unidad Educativa “Riobamba” Cantón Riobamba, Provincia De Chimborazo, Parroquia Lizarzaburu, Durante El Año Lectivo 2015 - 2016”** Autoras: Martha Beatriz Camacho Ledesma en donde nos da a conocer que la alimentación saludable es de gran importancia para el desarrollo de los niños dentro del aprendizaje.

También encontramos en la biblioteca de la Universidad Nacional de Chimborazo se encontró la siguiente **Generar hábitos alimenticios para conseguir el desarrollo de la expresión corporal en niños y niñas de primero de educación básica de la Unidad Educativa “RIOBAMBA” cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, parroquia Lizarzaburu, durante el año lectivo 2015-2016?. Mediante un taller teórico práctico dirigido a los padres de familia.** Autores: Pagalo Paca Gloria Piedad & Msc. Martha Beatriz Camacho Ledesma, nos da a conocer como mejorar los hábitos alimenticios en los niños y niñas.

“En este nuevo paradigma, que reconoce a las niñas y los niños como titulares y sujetos de derechos, se involucra a los diferentes actores de la familia, del entorno comunitario y de la institucionalidad pública, a trabajar de manera colaborativa en temas relacionados con la salud, nutrición, aprendizaje, seguridad y protección, para un buen comienzo en la vida de las niñas y niños menores de 3 años.” (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2018)

#### 2.1.2 La importancia de la alimentación en preescolar

Los niños y niñas del Inicial I es de gran importancia que retomen hábitos alineación saludable, porque estos les servirán para toda la vida.

## **Sanos desde pequeños**

Darío de Sevilla:

“Una alimentación saludable y equilibrada es fundamental para el estado de salud de los niños, y determinante para un correcto funcionamiento del organismo, buen crecimiento, una óptima capacidad de aprendizaje, comunicarse, pensar, socializar y adaptarse a nuevos ambientes y personas, un correcto desarrollo psicomotor y en definitiva para la prevención de factores de riesgo que influyen en la aparición de algunas enfermedades.” ( CASTRO , 2015)

De acuerdo a esta investigación podemos manifestar que los niños y niñas si llevan una dieta equilibrada de su alimentación tendrán una mejor calidad de vida en sus etapas evolutivas tomando como objetivo proyectar al aprendizaje que si un niño y niña están bien alimentado será mayor ventaja para su aprendizaje tanto sea escolar y su desenvolvimiento en su entorno.

“La alimentación es un complejo proceso que interviene en múltiples factores físicos y mentales. La buena alimentación es uno de los hábitos más importantes para gozar de buena salud y tener una buena calidad de vida. La nutrición desempeña un papel en la vida de todos los seres vivos, incluso antes de nacimiento. Por este motivo, aunque haya alimentos de todos de todo tipo, es fundamental seguir una dieta equilibrada y sana de no ser así se puede producir deficiencias inmunitarias, provocando la aparición de una amplia variedad de enfermedades.” (Castro, 2019)

Esta investigación nos da a conocer que la alimentación en los seres vivos es de gran importancia desde su concepción por que el humano que tiene una alimentación adecuada tendrá menos riesgos de enfermedades y su vida será más equitativa para poder desarrollarse en sus etapas evolutivas. Por qué no importa si contiene grandes productos alimenticios pero si no sabemos utilizarles correctamente ya que nuestro cuerpo necesita muchas energías, nutrientes, carbohidratos, grasas, líquidos.

Para prevenir enfermedades los niños deben estar bien alimentados y esto nos permitirá que niño tenga un mejor desenvolvimiento en su vida por lo tanto nos padres de familia y su medio que lo rodea son los educadores del aprendizajes de hábitos alimenticios saludables.

### **Importancia de la variedad en la alimentación**

Una alimentación adecuada y saludable combina también con el ejercicio físico esto es un pilar fundamental para ser humano.

La mala alimentación termina con todo nuestro cuerpo interno e externo provocando enfermedades crónicas.

Si llevamos una alimentación sana tendremos una mejor vida en todas nuestras actividades. Priorizando para tener una buena alimentación es fundamentar tener hábitos alimenticios desde temprana edad esto será favorable para toda nuestra vida.

Lic. Mariana Hermoza:

“Hoy los problemas alimenticios van aumentados en los niños y niñas siendo los niños los protagonistas fundamentales ante la sociedad, la alimentación poco saludable está relacionada con muchas de las principales causas de muerte, entre ellas, las enfermedades coronarias, los accidentes cerebro vasculares, la diabetes, hipertensión, entre otras.” ( Hermoza, 2013)

Para prevenir enfermedades los niños deben estar bien alimentados y esto nos permitirá que niño tenga un mejor desenvolvimiento en su vida por lo tanto los padres de familia y su medio que lo rodea son los educadores del aprendizajes de hábitos alimenticios saludables.

“No olvidar que debe incluir cinco comidas: el desayuno, media mañana, almuerzo, media tarde y cena. Para la prevención de enfermedades come sano, practica una actividad física, toma dos litros de agua al día y ten, pero para esto debemos

concientizar a los padres para darles el seguimiento adecuado a nuestros niños y niñas.” ( Hermoza, 2013)

En esta investigación nos da a conocer la importancia de las horas destinadas de la alimentación que tiene que consumir los niños y niñas ya que esto nos garantiza la prevención de enfermedades tener un control de su alimentación y para esto debemos trabajar conjuntamente con los padres, porque los padres son los principales educadores cuestión de los hábitos alimenticios.

Los alimentos actúan con el medio que les rodea, porque están relacionados con toda la familia, amigos por los amigos están involucrados porque ellos también nos presentan los productos alimenticios en forma de expresar cariño y cortesía. También permiten intercambios de ideas. Casi todos los acontecimientos humanos están ligados a eventos gastronómicos como las bodas, las ceremonias, las celebraciones, los congresos (Fen, 2014)

En esta investigación nos da a conocer la gran importancia que tienen el medio que les rodea en los hábitos alimenticios como es cultura, edad, estados de salud, economía, sociocultural porque todos estos factores influyen la alimentación para los niños y niñas, por lo tanto debemos trabajar todos mejorar los hábitos alimenticios.

### **2.1.3 Importancia de la alimentación equilibrada en los primeros meses de los niños y niñas**

”Durante las etapas de la vida por su mayor desarrollo que lleva es en la etapa de crecimiento de su niño y niña, porque necesita las vitaminas, proteínas, hidratos de carbono y grasas para tener una eficaz salud.” ( Caraballo , 2019)

Los niños necesitan alimentos que le proporcionen todas las necesidades que el organismo requiere para su desarrollo y esto depende de su familia y su entorno que lo rodeo para así observar su alimentación y sembrar los hábitos alimenticios que llevara para su larga vida.

#### **2.1.4 Alimentación en los niños y niñas en el preescolar**

“También encontramos sobre los hábitos alimentarios que relacionan la salud relación de los hábitos alimentarios con la salud y la enfermedad ha preocupado al hombre desde los orígenes de las primeras sociedades y culturas. Hasta el siglo pasado, la mayoría de enfermedades relacionadas con la alimentación se debían a la deficiencia de algún nutriente; en los últimos años, el interés se ha desplazado hacia las enfermedades crónicas (enfermedad cardiovascular, diabetes, cáncer), pero también hacia las enfermedades relacionadas con un exceso de grasa, fundamentalmente la obesidad. Existe un conocimiento generalizado sobre la influencia de la alimentación de los primeros años de vida y la prevención de la enfermedad en el adulto, que se traduce en un gran interés en la alimentación en etapas críticas del desarrollo.”  
(Villares, Segovia, s.f)

En esta investigación nos da a conocer las desventajas que lleva por no tener una alimentación sana que actualmente es un gran problema a nivel mundial que esto está afectado a toda la humanidad por los malos hábitos alimenticios que tenemos hoy somos más propensos a enfermedades crónicas a tempranas edades por falta de nutrientes, vitaminas, carbohidratos, líquidos, grasas. Tomando en cuenta el medio que les rodea y la alimentación que el niño debe llevar de acuerdo a su edad cronológica hay que seguir su alimentación a si garantizaremos su rendimiento escolar y evolutivo.

También encontramos que los autores (Villares, Segovia, s.f) Para adecuarlas energías y nutrientes a las necesidades de cada niño, es preciso conocer las características fisiológicas y del desarrollo en cada etapa, y tener en cuenta además, las diferencias personales, condiciones en parte por su grado de actividades, así como sus circunstancias sociales. Después de un periodo de crecimiento rápido- el periodo de lactante y de niño pequeño, en la alimentación está dirigido por los padres y muy supervisada por la pediatra. Nos adentramos en el periodo preescolar, de crecimiento moderno donde requiere relieve progresivo los aspectos sociales de la comida- la familia, el grupo el comedor escolar. Que culminen con la pubertad que condiciona los hábitos alimenticios. Son momentos

para sembrar y afianzar las bases de la alimentación futura y además hábitos de la vida saludable.

Así garantizamos una alimentación saludable a los niños de 3 a 6 años para tener un crecimiento y desarrollo adecuado para prevenir enfermedades a corto y largo plazo. Y de ayudarles a adquirir hábitos saludables.

Los niños al cumplir los 3 a 4 años ya pueden comer de todo pero eso implica que no pueden comer como un adulto solo reducir las cantidades si no tomar muy en cuenta las necesidades que le proporcionamos a nuestro organismo. A muchos padres les preocupa que su hijo esté comiendo en exceso o demasiado poco.

“Una forma de ayudar a su hijo o hija a comer bien y de ayudar a que usted se preocupe menos es saber cuál es su tarea y cuál es la tarea de su hijo en lo que se refiere a la alimentación. Si su hijo solo quiere comer un tipo de alimentos, está haciendo el trabajo de los padres de decidir cuáles son las alternativas de alimentos. Decidir qué alimentos se ofrecen es la tarea de los padres.” ( El personal de Healthwise, 2017)

Esta investigación nos informa que debemos darle a conocer la importancia que tiene la alimentación y su bienestar que le proporciona que es esencial para su bienestar que el niño y niña debe conocer los productos que los rodea y lo bueno y malo que produce al alimentarse, que debe comer de todo porque solo así será que él va a crecer sano y fuerte.

### **2.1.5 Alimentación**

“A la hora de describir el concepto de alimentos, se puede decir que este es el proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentación con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir. Estos nutrientes son los que se transforman en energía y proveen al organismo vivo sea de aquellos elementos que requiere para vivir. La alimentación es, por tanto, una de las actividades y procesos más esenciales de los seres vivos ya que están directamente relacionados con la supervivencia.” ( Bembibre, 2019)

La alimentación es la esencia para un buen crecimiento del desarrollo del niño cuyo objetivo de la misma es garantizar los nutrientes necesarios para poder llevar una vida constructiva, plena, garantizando un estado equilibrado de salud para así potencializar su aprendizaje, dominando todas las destrezas del niño de acuerdo a su edad cronológica.

### **2.1.6 Importancia de mantener una alimentación Balanceada.**

“La alimentación es un complejo proceso que interviene en múltiples factores físicos y mental es la buena alimentación es uno de los hábitos más importantes para gozar de buena salud y tener una buena calidad de vida. La nutrición desempeña un papel principal en la vida de todos los seres vivos, incluso antes de su nacimiento. Por este motivo, aunque haya alimentos de todo tipo, es fundamental seguir una dieta equilibrada y sana.” ( Echeverri, 2019)

Para que sea una alimentación saludable siempre debe estar acompañados de:

- Vitaminas
- Carbohidratos
- Grasas
- Líquidos
- Proteínas

Si realizamos correctamente la distribución de alimentos a nuestros niños y niñas evitaremos de la desnutrición y como así mismo las enfermedades que le afectan al organismo tanto sea interno y externo.

### **Valor de una alimentación en las personas**

“La alimentación juega un papel fundamental en nuestro estado de salud. Alimentarse bien puede prevenir la aparición de muchos problemas de salud. Por otro lado ciertas patologías pueden combatirse con una dieta apropiada, por ejemplo si tenemos el colesterol elevado, a través de la alimentación podemos regular los niveles de colesterol y estamos previniendo algo tan importante como la aparición de enfermedades cardio vasculares. El nutricionista puede ser un gran aliado en el

tratamiento de muchas enfermedades como problemas óseos, renales o para mitigar los síntomas de la menopausia.” (Anonimo, 2016)

### **2.1.7 Salud**

La definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS):

“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no meramente la ausencia de afecciones o enfermedades”, se toma como punto de apoyo para el análisis de un concepto que, entre otras cosas, no explícita la distinción entre salud y sanidad. Tras mostrar que el concepto de salud es múltiple, complejo y relativo, y que a lo largo de la historia se ha entendido de muy diversos modos, se contemplan las virtudes y deficiencias del binomio salud-bienestar que opera en la definición actual propuesta por la OMS” ( Grande, s.f)

La alimentación equilibrada garantiza todo el funcionamiento del cuerpo humano por eso es indispensable tener una alimentación equilibrada para que el organismo funcione correctamente y tener una mejor vida.

### **2.1.8 Alimentación saludable**

“La idea de alimentación saludable, de este modo, está vinculada a la ingesta de alimentos que tiene efectos positivos en la salud. Al optar por este tipo de comida, la persona protege su organismo y hasta pueda revertir ciertas afecciones.” (Julián Pérez Porto y María Merino)

Por lo tanto debemos ingerir alimentos saludables para tener una mejor vida, porque así el cuerpo humano tendrá las energías necesaria, nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales.

### **2.1.9 Desarrollo**

“El término desarrollo tiene diversas acepciones según las áreas del saber que nos **interesen**. Por ejemplo, en biología, se emplea para referirnos al proceso de

crecimiento y maduración de un ser viviente, especialmente a la etapa que involucra la maduración sexual. En cambio, en las ciencias sociales, se habla de desarrollo para referirse al cambio en las condiciones productivas de una sociedad, que trae aparejado una mejoría en las condiciones de vida para los ciudadanos.” ( Raffino, 2020)

El desarrollo tienes varios factores que influyen en los seres humanos como son evolutivos, cambios físicos, económicos, culturales, entre otros, pero nunca va a cambiar la gran importancia que influye la alimentación en el desarrollo del individuo.

### **2.1.10 Aprendizaje**

“Se entiende por aprendizaje al proceso a través del cual el ser humano adquiere o modifica sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas, como fruto de la experiencia directa, el estudio, la observación, el razonamiento o la instrucción. Dicho en otras palabras, el aprendizaje es el proceso de formar experiencia y adaptarla para futuras ocasiones.” (Raffino, 2020)

El aprendizaje son todos sus conocimientos que se va adquiriendo durante sus etapas de vida para tener un mejor buen vivir para su desarrollo humano.

“Aprendizaje humano se vincula con el desarrollo personal y se produce de la mejor manera cuando el sujeto se encuentra motivado, es decir, cuando tiene ganas de aprender y se esfuerza en hacerlo. Para ello emplea su memoria, su capacidad de atención, su razonamiento lógico o abstracto y diversas herramientas mentales que la psicología estudia por separado y esto también influye la alimentación saludable para su desempeño del aprendizaje.” (Raffino, 2020)

En esta investigación nos da a conocer qué para adquirir su conocimiento influye el medio que le rodea, y esto depende de las ganas de las personas de aprender y se esfuerzan por aprender nuevas cosas. Es lo mismo con los niños y niñas todo depende de su entorno que el niño y niña se sienta motivado de las cosas novedosas que el realiza para así motivarles a seguir descubriendo nuevas cosas y se interesen por saber cada días más y esto le influye en su desarrollo personal.

### **2.1.11 ALIMENTACIÓN Y DESARROLLO COGNITIVO**

“Cerebro es una intrincada maraña de neuronas o células nerviosas y cables eléctricos interconectados mediante unas sustancias químicas muy simples, cuya misión es transmitir mensajes de una célula nerviosa a otra. El cerebro representa sólo el 2% de nuestro peso: sin embargo, necesita alrededor del 20% de la energía que ingerimos. Si nosotros “somos lo que comemos”, entonces nuestro cerebro también dependerá de lo que comamos. Podemos mejorar la salud y las funciones del cerebro a través de la alimentación.” (Castells, 2020)

En esta investigación nos manifiesta como el cerebro influye su desarrollo a través de su alimentación, si nosotros como padres les alimentamos correctamente a los niños y niñas a temprana edad su cerebro tendrá un gran potencial para procesar la información, por lo tanto debemos tener una dieta equilibrada y balanceada con nuestros niños y niñas.

## **CAPÍTULO III**

### **3.1 METODOLOGÍA**

El diseño del proyecto es un estudio experimental y no experimental en donde analizamos los factores de la influencia de la alimentación dentro del aprendizaje garantizando una nutrición equilibrada para un buen rendimiento escolar de los niños y niñas de la primera infancia cuyo objetivo es trabajar conjuntamente con los padres de familia y el Ministerio de Salud Pública para así combatir la desnutrición infantil en CNH

“Mis Pequeños Pupilos” de la comunidad Hualcanga San Luis cantón Quero provincia Tungurahua.

**Cualitativo y Cuantitativo.** La presente investigación está dentro del enfoque cualitativo y cuantitativo porque es propio de las ciencias; un valor social vinculado al ámbito educativo, busca la comprensión de los fenómenos sociales por la incidencia de la nutrición en el rendimiento académico, el proceso de la ciencia es dialéctico; se recabará información que tendrá un análisis para la determinación de los óptimos resultados.

### **Diseño**

El diseño del proyecto es un estudio experimental ya que se observa y se investiga los hechos tal y como se acontecen en su contexto real o empírico y en un tiempo determinado.

## **3.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

### **Científica:**

Por qué se recurrió a diferentes fuentes de información para formar el marco teórico el cual permite clasificar, describir, definir y determinar los resultados de la investigación.

#### **❖ Por el nivel o alcance**

**DIAGNÓSTICA-EXPLORATORIA:** La presente investigación partió de un diagnóstico situacional del contexto polémico y se ha realizado un análisis de las variables que intervienen en el estudio. Para esto se observó en primera instancia la alimentación aprendizaje de los niños y niñas del CNH “Mis Pequeños Saltamontes” para después mirar detalladamente cómo avanza el proceso de nutrición, puesto que están son las dos variables que se abordan en esta investigación.

**DESCRIPTIVA:** este tipo de investigación busca especificar las características importantes del fenómeno que se analiza, además describe condiciones o tendencias de una población. Se hace énfasis en el análisis y descripción de las variables que intervienen en la investigación, las mismas que son la alimentación que influye en el desarrollo del aprendizaje hábitos en las cuales ayudan al estudiante alimentarse adecuadamente es decir que el niño y niñas aprende primordialmente con la ayuda de sus padres para así brindarles una capacitación de por qué es importante la alimentación para que es concretamente el proceso mediante el cual los niños y niñas inician el proceso de alimentación saludable pero no de manera mecánica ni teórica sino poniendo de por medio la comprensión de lo que se alimentan, fomentando de esta manera la criticidad y la elaboración del propio conocimiento por parte del estudiante.

**CORRELACIONAL:** porque se asocian las variables de estudio para una mejor comprensión de las relaciones existentes entre sí en donde se determine la condición de causalidad.

**Por los objetivos.**

**Por el tiempo**

**TRANSVERSAL O TRANSACCIONAL:** La investigación se realizó en un tiempo determinado en el periodo académico 2018-2019, en el mismo que se desarrolló la aplicación de instrumentos y técnicas de análisis y recolección de datos

**BIBLIOGRÁFICA:** Se apoyó en tomar la información de varias fuentes o referencias

bibliográficas, libros y resultados de otras investigaciones tomando como referencia la información correspondiente a las variables tanto dependiente que es la alimentación, como la independiente que es el aprendizaje , las cuales presentan una amplia correlación en el proceso educativo.

**DE CAMPO:** Los presentes actores que intervienen en el presente estudio son 35 estudiantes de Educación Inicial1, del CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” del, MIES, de la Comunidad, Hualcanga San Luis, Cantón Quero, Provincia de Tungurahua, año lectivo 2018

## 1.2. MÉTODOS

**ANALÍTICO-SINTÉTICO:** Propio del análisis de la información, aporta en la selección de la información relevante que debe contener la fundamentación teórica en relación de las variables de estudio

- **Población de estudio**

La población se detalla con el estudio de los datos de los niños y niñas.

**Tabla1:** Población

• Extracto	Número	Hombres	Mujeres	Porcentaje
Niños	35	26	9	
<b>Porcentaje</b>	100%	74%	26%	100%

**Fuente:** Educación Inicial1, del CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” del, MIES

**Elaborado por:** Gissela Carranza

**Muestra:** Se trabaja con toda la población del Inicial1

## **CAPÍTULO IV.**

### **4.1 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

La técnica de instrumentó es:

#### **Técnicas de observación**

Esta técnica de investigación cualitativa ya que se pretende visualizar como influye una buena alimentación saludable en el desarrollo del aprendizaje de los niños de Educación InicialI, del CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” del, MIES.

#### **Instrumento: Ficha de Observación**

Esta ficha de observación es aplicada con el fin de evaluar, consta las preguntas de las variables de estudio que se realizara concretamente a los niños y niñas de Educación InicialI, del CNH “PEQUEÑOS PUPILOS” del, MIES.

### **4.2. TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO DE INTERPRETACIONES**

Con la finalidad de conocer cómo incide la nutrición en el rendimiento escolar de los niños y niñas se ha aplicado el siguiente instrumento el cual nos permitirá determinar el nivel nutricional del estudiante como también sus hábitos alimenticios, cuya información será determinante para establecer la relación existente con el rendimiento escolar de cada uno de ellos. Así se han obtenido los siguientes resultados.

## INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 4.1 Ficha de Observación a los niños y niñas de Inicial1 del CNH “Mis Pequeños Pupilos” del MIES.

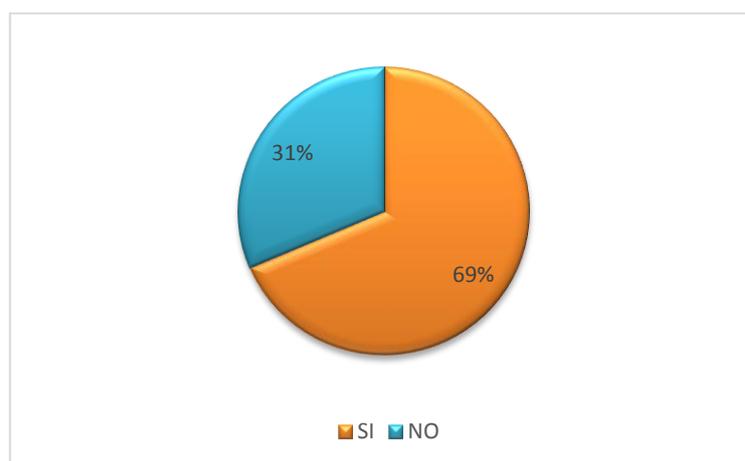
**Tabla 1:** Usa los utensilios para alimentarse

Variable	frecuencia	Porcentaje
SI	24	69%
NO	11	31%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH “Mis Pequeños Pupilos”.

**Grafico N° 1.** Usa los utensilios para alimentarse



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 2

**ANÁLISIS:** Que el 69 % de niños y niñas dominan la utilización de utensilios para alimentarse; el 31% de niños y niñas no usan los utensilios para alimentarse.

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo a los resultados obtenidos podemos evidenciar que la mayor parte de niños y niñas usan sus utensilios propios para la alimentación. En este logro permitirá desarrollar sus movimientos corporales.

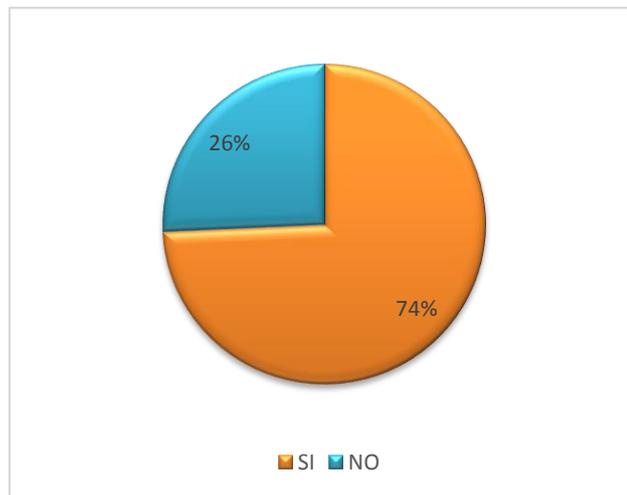
**Tabla 2.** Identifica los utensilios propios para su alimentación

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	23	74%
NO	9	26%
total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos.

**Grafico N° 2.** Identifica los utensilios propios para su alimentación



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 3

**ANÁLISIS:** El 74% de niños y niñas identifican los utensilios propios para su alimentación; el 26% de niñas y niños no identifican los utensilios propios para su alimentación.

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo a los resultados obtenidos podemos verificar que la mayor parte de niños y niñas identifica los utensilios propios para su alimentación. En este logro nos permite que el niño y niña desarrollen su vocalización y la identificación de los objetos de su entorno.

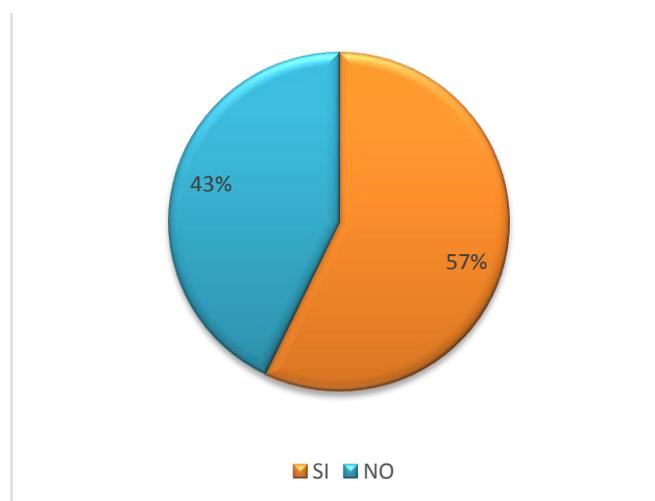
**Tabla 3.** Controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	20	57%
NO	15	43%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos.

**Grafico N° 3.** Controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 4

**ANÁLISIS:** Que el 57 % de niños y niñas controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse 43% de niños y niñas no controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños controlan movimientos en el uso de utensilios para alimentarse. Este logro nos permite desarrollar coordinación fina y motora.

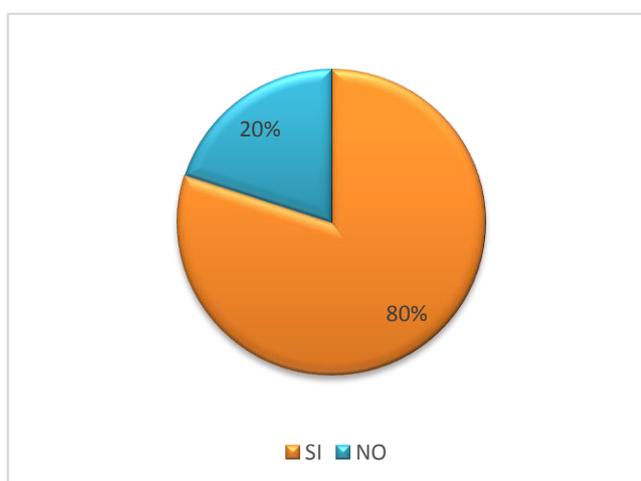
**Tabla 4.** Selecciona juegos y materiales.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	28	80%
NO	7	20%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos.

**Grafico N° 4.** Selecciona juegos y materiales.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 5

**ANÁLISIS:** Que el 80 % de niños y niñas selecciona juegos y materiales y el 20% de niños y niñas no participan en la selección de juegos y materiales.

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de niños y niñas selecciona juegos y materiales. Este logro nos permite fomentar la autonomía del poder hacer las cosas solo.

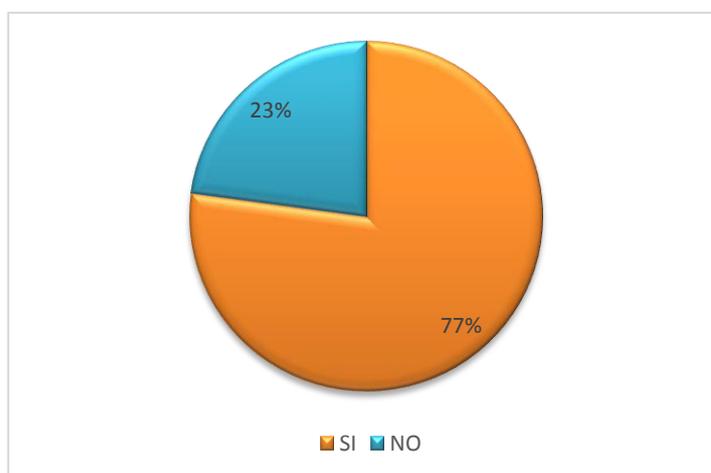
**Tabla 5 .** Participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	27	77%
NO	8	23%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 5.** Participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 6

**ANÁLISIS:** Que el 77 % de niños y niñas participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos y el 23% de niños y niñas no participan conjuntamente en actividades que realizan los adultos.

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños y niñas participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos. Este logro nos permite que el niño y la niña vaya asimilando las características de los objetos de su entorno y su utilidad mejor.

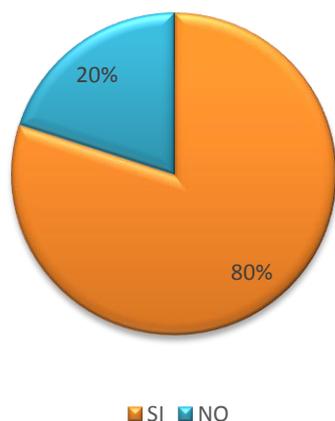
**Tabla 6.** Practica algunos hábitos de higiene personal.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	28	80%
NO	7	20%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 6.** Practica algunos hábitos de higiene personal.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 7

**ANÁLISIS:** Que el 80 % de niños y niñas practica algunos hábitos de higiene personal. Y el 20% de niños y niñas no practica algunos hábitos de higiene personal.

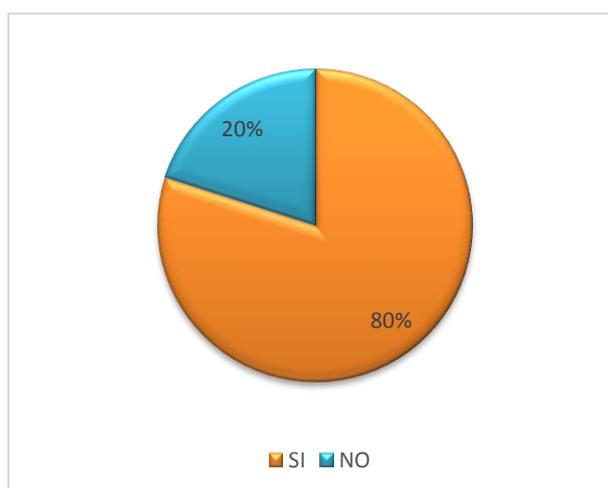
**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría del niño y niñas practica algunos hábitos de higiene personal. En este logro nos permite que el niño y niña identifiqué las partes del cuerpo aplicando nociones espaciales.

**Tabla 7.** Practica algunas normas de higiene durante su alimentación.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	28	83%
NO	7	17%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno  
**Fuente:** Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 7.** Practica algunas normas de higiene durante su alimentación.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 8

**ANÁLISIS:** Que el 83 % de niños y niñas practica algunas normas de higiene durante su alimentación. Y el 17% de niños y niñas no colabora en las normas de higiene durante su alimentación.

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños y niñas practican algunas normas de higiene durante su alimentación. Este logro nos permite que los niños y niñas desarrollen coordinación motora (óculo-manual).

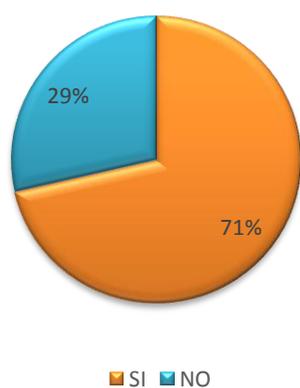
**Tabla 8.**Comenta sobre oficios que realiza la familia en su hogar.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	71%
NO	10	29%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 8.** Comenta sobre oficios que realiza la familia en su hogar.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 9

**ANÁLISIS:** Que el 71% de niños y niñas comenta sobre oficios que realiza con sus familia en su hogar. Y el 29% de niños y niñas a no manifiestan sobre oficios que realiza familia en su hogar.

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños y niñas comentan sobre oficios que realiza familia en su hogar. Este logro nos permite mejorar la vocalización y tener mejor fluidez al comunicarse con los demás.

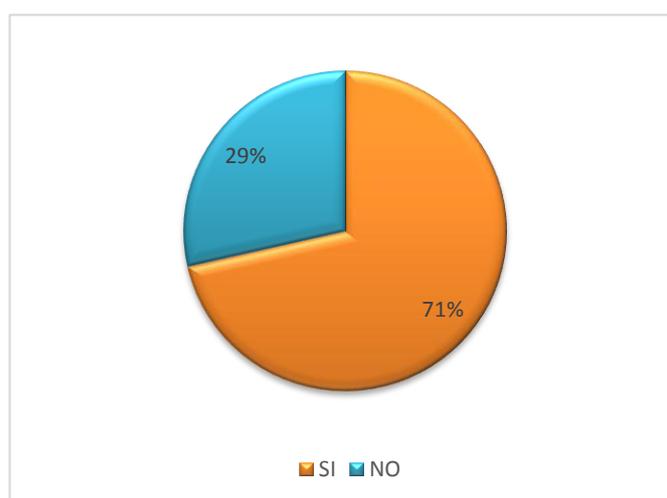
**Tabla 9.** Coopera en actividades sencillas.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	25	71%
NO	10	29%
Total	35%	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

Fuente: Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 9.** Coopera en actividades sencillas.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 10

**ANÁLISIS:** Que el 71% de niños y niñas participan en actividades sencillas. Y el 29% de niño y niñas no participan en actividades sencillas.

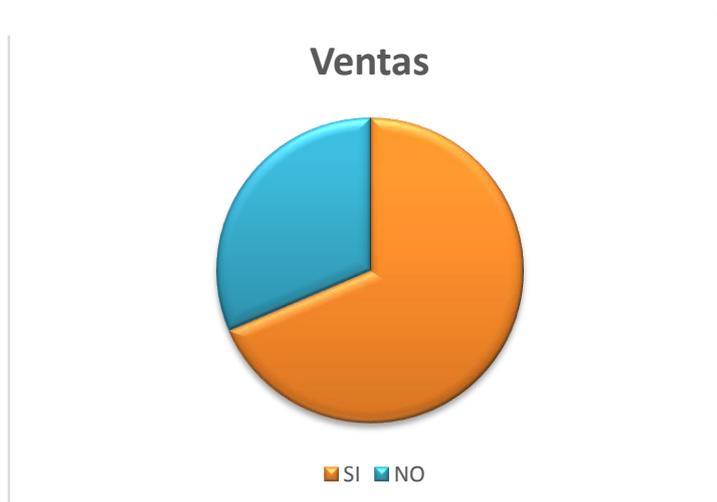
**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños y niñas coopera en actividades sencillas. Este logro nos permite que el niño y niña tenga mayor afectividad y obtenga la capacidad de resolver problemas.

**Tabla 10.** Degusta comidas y bebidas típicas de su región.

Variable	Frecuencia	Porcentaje
SI	24	69%
NO	11	31%
Total	35	100%

**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno  
**Fuente:** Lista de cotejo aplicada a los niños y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos

**Grafico N° 10.** Degusta comidas y bebidas típicas de su región.



**Elaborado por:** Gissela Gabriela Carranza Barreno

**Fuente:** Tabla N° 10

**ANÁLISIS:** Que el 69% de niños y niñas prueban comidas y bebidas típicas de su región. Y el 31% de niño/a no quieren probar comidas y bebidas típicas de su región. Están en él está el proceso de identifica y nombra las frutas que conozca.

**INTERPRETACIÓN:** Según los resultados obtenidos la mayoría de los niños y niñas prueba comidas y bebidas típicas de la región esto nos permitirá que los niños y niñas desarrollo en el sentido del gusto, para así diferenciar los diferentes sabores de cada uno de ellos.

## **CAPÍTULO V**

### **5.1 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1.2. Conclusiones**

Al terminar esta investigación y con los datos obtenidos se pudo concluir los siguientes aspectos:

- La mayoría de las familias analizaron la gran importancia que tiene una alimentación sana para el desarrollo del aprendizaje de los niños y niñas concienciando a comer sano, pocos padres no ponen atención en la importancia que tiene la alimentación de los hijos e hijas ya que por motivos de trabajo no pueden estar pendientes en el número de comidas y los exponen a muchas enfermedades.
- Dándoles a conocer las ventajas y desventajas de los hábitos alimenticios que unos niños y niñas debe cumplir y esto es en la primera infancia, sensibilizando a llevarles un control médico para poder saber cómo estamos en el desarrollo de masa corporal, talla y hemoglobina.
- Los niños cuando llevan una alimentación adecuada su rendimiento escolar es favorable para la adquisición de sus destrezas en el aprendizaje, por otro lado los niños y niñas que tiene una deficiencia de nutrientes limita la capacidad de adquisición de las destrezas de acuerdo a su edad cronológica.

#### **5.1.3 Recomendaciones.**

- Recomiendo a los padres del CNH “Mis Pequeños Pupilos”, llevar a una alimentación adecuada a sus hijos e hijas para así garantizar un desarrollo en la adquisición de su aprendizaje tanto sea escolarizado y no escolarizado.
- Que los niños y niñas del CNH “Mis Pequeños Pupilos”, siempre lleven un control de los hábitos alimenticios ya que estos son parte esencial de su vida, por parte de las entidades encargadas, las mismas que garanticen un seguimiento del adecuado desarrollo de los niño y niñas para poder garantizar su salud.
- Recomiendo a las educadora integrar actividades donde se trabajen con alimentos saludables en los niños y niñas del CNH “Mis Pequeños Pupilos”, porque si ponen

en práctica estos hábitos los niños tendrán un mejor desenvolvimiento escolar, nos permitirá trabajar con mayor facilidad en la adquisición de diferentes destrezas de acuerdo al desarrollo de los niños y niñas

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### Bibliografía

(06 de ENERO de 2020). Obtenido de <https://www.larepublica.ec/https://www.larepublica.ec/blog/sociedad/2018/10/04/ecuador-registra-indices-de-desnutricion-en-ninos-y-obesidad-en-adultos/>

El personal de Healthwise. (16 de Noviembre de 2017). *Cinga*. Obtenido de <https://www.cigna.com/individuals-families/health-wellness/hw-en-espanol/temas-de-salud/alimentacion-saludable-para-los-ninos-tn9188>

Lydia Feito Grande. (s.f.). *dialnet.unirioja*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=104381>

Pexels. (05 de Abril de 2019). *educo*.

Pexels. (05 de Abril de 2019). *educo*. Obtenido de <https://www.educo.org/Blog/Desnutricion-infantil-datos-hambre-en-el-mundo>

Alba Caraballo Folgado. (19 de Abril de 2019). *guiainfantil.com*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/alimentacion-para-bebes-y-ninos-por-edades/>

Anonimo. (16 de Octubre de 2018). Obtenido de <https://www.significados.com/aprendizaje/>

Anonimo. (14 de Diciembre de 2019). Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Peso-saludable.aspx>

Anonimo. (20 de Noviembre de 2018). Obtenido de [https://www.breastcancer.org/es/consejos/nutricion/alimentacion\\_saludable](https://www.breastcancer.org/es/consejos/nutricion/alimentacion_saludable)

Anonimo. (20 de Septiembre de 2019). Obtenido de <https://www.significados.com/salud/>

Anonimo. (14 de Diciembre de 2019). Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Peso-saludable.aspx>

Anonimo. (02 de Diciembre de 2019). Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007297.htm>

Anonimo. (02 de Diciembre de 2019). Obtenido de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003101.htm>

Anonimo. (06 de Enero de 2020). Obtenido de <https://www.larepublica.ec/blog/sociedad/2018/10/04/ecuador-registra-indices-de-desnutricion-en-ninos-y-obesidad-en-adultos/>

Anonimo. (02 de Marzo de 2016). *Instituto Palacios*. Obtenido de <https://institutopalacios.com/dietaysalud/>

Anónimo. (11 de Abril de 2018). *significados*. Obtenido de <https://www.significados.com/alimentacion/>

aríá Estela Raffino. (10 de Enero de 2020). *Concepto.de*. Obtenido de <https://concepto.de/desarrollo>

Cecilia Bembibre . (Julio de 2019). *Definicion ABC*. Obtenido de <https://www.definicionabc.com/ciencia/alimentacion.php>

Crespo Blanco, Marta; Allué Buiza, José Ramón;. (2017). *LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE* . Palencia.

Daniela Echeverri Castro. (31 de Enero de 2019). *Mejor Con Su Salud*. Obtenido de <https://mejorconsalud.com/importancia-buena-alimentacion/>

Daniela Echeverri Castro. (2019 de Enero de 31). *MejorconSalud*. Obtenido de <https://mejorconsalud.com/>

Econlink. (12 de Enero de 2013). <https://www.econlink.com.ar/>. Obtenido de <https://www.econlink.com.ar/que-es-desarrollo>

EDUCACIÓN, M. D. (2016). <https://educacion.gob.ec/>. Obtenido de [https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/11/Proyecto-Alimentacion\\_06-10-2016-FINAL.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/11/Proyecto-Alimentacion_06-10-2016-FINAL.pdf)

educo. (05 de Abril de 2019). Obtenido de <https://www.educo.org/Blog/Desnutricion-infantil-datos-hambre-en-el-mundo>

Educo. (05 de Abril de 2019). Obtenido de <https://www.educo.org/Blog/Desnutricion-infantil-datos-hambre-en-el-mundo>

Fen. (01 de Octubre de 2014). *Fundacion Española de Nutricion*. Obtenido de <http://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>

<https://www.larepublica.ec/>. (06 de Enero de 2020). Obtenido de <https://www.larepublica.ec/blog/sociedad/2018/10/04/ecuador-registra-indices-de-desnutricion-en-ninos-y-obesidad-en-adultos/>

J.M. , Moreno Villares; M.j., Galiano Segovia;. (s.f.). *Alimentación del niño*. Obtenido de [https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276\\_Jose%20Moreno.pdf](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2015/xix04/05/n4-268-276_Jose%20Moreno.pdf)

JIMÉNEZ, R. A. (23 de Mayo de 2015). <https://www.diariodesevilla.es/>. Obtenido de [https://www.diariodesevilla.es/salud/importancia-buena-alimentacion-infantil\\_0\\_919108407.html](https://www.diariodesevilla.es/salud/importancia-buena-alimentacion-infantil_0_919108407.html)

Julián Pérez Porto y María Merino. (s.f.). *Definición* . Obtenido de <https://definicion.de/alimentacion-saludable/>

Julián Pérez Porto, Julián ; Merino, María;. (2017). *Definiciones*. Obtenido de <https://definicion.de/alimentacion-saludable>

La República. (09 de Enero de 2020). Obtenido de <https://www.larepublica.ec/blog/sociedad/2018/10/04/ecuador-registra-indices-de-desnutricion-en-ninos-y-obesidad-en-adultos/>

Laurie R. Braun, R. M. (Julio de 2017 ). Obtenido de <https://www.intramed.net/contenido.asp?contenidoid=91156>

Lic. Mariana Hermoza. (03 de Diciembre de 2013). *El.Popular.Pre*. Obtenido de <https://www.elpopular.pe/series/nutricion/2013-12-03-por-que-es-importante-tener-una-alimentacion-saludable>

María Estela Raffino. (10 de Enero de 2020). *concepto.de*. Obtenido de <https://concepto.de/aprendizaje-2/>.

Maria Rodríguez-Palmero, L. O. (22 de Febrero de , 2016). <http://www.fen.org.es/>. Obtenido de <http://www.fen.org.es/blog/alimentacion-y-desarrollo-cognitivo/>

Marta Castells. (2020). *farmaceuticonline*. Obtenido de <https://www.farmaceuticonline.com/es/familia/472-cerebro-y-alimentacion>

Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2018). *Mision Ternura Creciendo con Nuestros Hijos*. (L. R. Mireya Mariambo, Ed.) Quito.

Murillo, F. A. (2017). <https://ayudaenaccion.org/>. Obtenido de <https://ayudaenaccion.org/ong/blog/infancia/alimentacion-saludable-ninos-edad/>

Pexels. (05 de Abril de 2019). <https://www.educo.org/>. Obtenido de <https://www.educo.org/Blog/Desnutricion-infantil-datos-hambre-en-el-mundo>

Prensa Latina . (25 de Enero de 2020). Pobreza uno de los factores de la desnutrición infantil en Ecuador .

RAFAEL A. CASTRO JIMÉNEZ. (25 de Mayo de 2015). *Dario de Sevilla*. Obtenido de <https://www.diariodesevilla.es/>

Socia, M. d. (2018). *Norma Tecnica Creciendo Con Nuestros Hijos*. Quito: Primera Edicion.

Tesouro. (2013). Obtenido de <https://boletinagrario.com/ap-6,bajo+peso,1511.html>

Valle, K. C. (17 de Enero de 2019). <https://blog.colegios-cedros-yaocalli.mx/>. Obtenido de <https://blog.colegios-cedros-yaocalli.mx/kinders/la-alimentacion-de-los-ninos-en-preescolar>

Váscones, L. V. (16 de Octubre de 2012). *hospitalvernaza*. Obtenido de <https://www.hospitalvernaza.med.ec/blog/item/708-la-importancia-de-mantener-una-alimentacion-balanceada>

## ANEXOS



padres de familia del CNH Mis Pequeños Pupilos sobre la importancia del aprendizaje llevar acorde hábitos de alimentación alimenticios.



El Ministerio de Inclusión y Social conjuntamente con el Ministerio de Salud Publica Firmo un convenio para los controles de peso, talla, hemoglobina a los niño y niñas del CNH Mis Pequeños Pupilos con el objetivó de combatir la desnutrición infantil.



Conjuntamente con los padres de familia CNH "Pequeños Pupilos" los niños y niñas realizamos la elaboración de recetas nutritivas para poner en práctica los hábitos alimenticios.



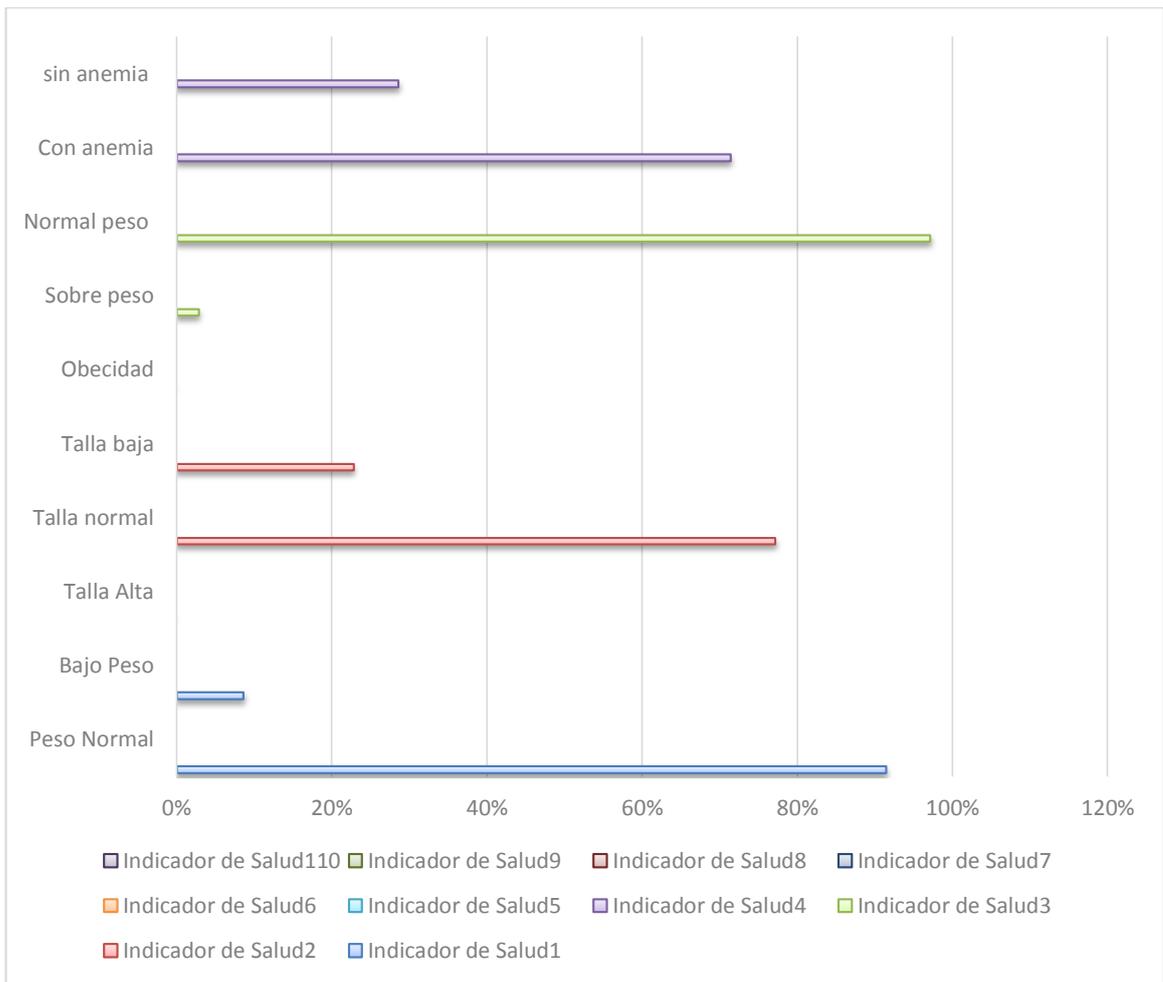
Los niños/as del CNH Mis Pequeños Pupilos.



Encuesta de nutrición a los padres de familia del CNH Mis Pequeños Pupilos nos permitirá ver como esta su alimentación en casa para poder trabajar con los hábitos alimenticios.



El Ministerio de Agricultura Ganadería Acuacultura y Pesca conjuntamente con el CNH “Pequeños Pupilos”, se realizó un proyecto para la elaboración de huertos familiares para así contribuir al desarrollo alimenticio nutritiva.



**REGISTRÓ DE SALUD Y NUTRICIÓN DE NIÑOS Y NIÑAS**

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

## CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA E INICIAL

**Objetivo General:** “aprendizaje tomando en cuenta los factores que influyen como son económico, cultural, y emocional la importancia que tiene una alimentación saludable para de Tungurahua, año lectivo 2018”

<b>Indicador</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
1.-Usa los utensilios para alimentarse		
2.-Identifica los utensilios propios para su alimentación		
3.-Controla movimientos en el uso de utensilios para alimentarse		
4.-Selecciona juegos y materiales.		
5.-Practica algunos hábitos de higiene personal.		
6.-Participa conjuntamente en actividades que realizan los adultos.		
7.-Practica algunas normas de higiene durante su alimentación.		
8.-Comenta sobre oficios que realiza familia en su hogar.		
9.-Coopera en actividades sencillas.		
10.-Degusta comidas y bebidas típicas de su región.		