



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA**

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“ ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Estimulación Temprana

**Autora:** Carranza Freire Diana Maira

**Tutor:** Lic. Troya Ortiz, Elsa Verónica Mg.

Ambato – Ecuador.

Agosto 2020

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutora del Proyecto de Investigación sobre el tema: “ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.” de Carranza Freire Diana Maira, estudiante de la Carrera de Estimulación Temprana; considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, marzo de 2019

## **LA TUTORA**



.....  
Lic. Troya Ortiz, Elsa Verónica Mg.

## **AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO**

Los criterios emitidos en el siguiente trabajo de investigación: “ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.” como también los contenidos, ideas, análisis y conclusiones son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de investigación.

Ambato, marzo del 2019.

### **LA AUTORA**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Diana Carranza Freire", with a horizontal line underneath.

.....  
Carranza Freire, Diana Maira

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este proyecto de investigación o parte de él; un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los Derechos en línea patrimoniales de mi proyecto de investigación, con fines de difusión pública; además apruebo la reproducción del Proyecto de Investigación, dentro de las regulaciones de la Universidad siempre y cuando esta producción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora.

Ambato, marzo del 2019

## **LA AUTORA**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Diana Carranza", with a horizontal line underneath it.

.....  
Carranza Freire, Diana Maira

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR.

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informen de Investigación, sobre el tema: “ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.” de Carranza Freire Diana Maira, estudiante de la Carrera de Estimulación Temprana.

Ambato, Agosto 2020

Para su constancia firman

.....

Presidente /a

.....

1er Vocal

.....

2do Vocal

## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto de investigación a Dios por darme la sabiduría.

A mis familiares, quienes han sido mi fuente de inspiración para enfrentar nuevos retos y desafíos. Su amor, comprensión y palabras de ánimo que me han impulsado a seguir adelante hasta lograr la meta propuesta, además, brindarme su apoyo incondicional para la culminación del trabajo de investigación.

Carranza Freire Diana Maira

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a los docentes de la Universidad Técnica de Ambato por su guía como también por bríndame los conocimientos para el crecimiento personal y profesional.

También a mi familia por el apoyo constante en el transcurso de mi vida como estudiante y durante el desarrollo del mismo.

Así mismo Agradece a la empresa del centro del desarrollo Infantil de Ambato por abrir las puertas para la realización del proyecto de investigación.

Finalmente, mis sinceros agradecimientos a todos quienes me ayudaron a realizar el proyecto de investigación que fue de mucho tiempo de dedicación.

Carranza Freire Diana Maira

## ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
Preliminares	
PORTADA .....	i
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.....	iii
DERECHOS DE AUTOR .....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR. ....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	xii
RESUMEN.....	xiii
SUMMARY .....	xiv
INTRODUCCIÓN .....	1

### CAPÍTULO I

EL PROBLEMA .....	3
1.1. Tema.....	3
1.2. Planteamiento del problema .....	3
1.2.1. Contextualización .....	3
1.2.2 Formulación del problema .....	4
1.3 Justificación .....	4
1.3. Objetivos.....	5
1.3.1. Objetivo General.....	6
1.3.2. Objetivos Específicos .....	6

### CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO .....	7
2.1. Antecedentes investigativos .....	7
2.2. Marco teórico .....	9
2.2.1. Variable Independiente.....	9
2.2.1.1. Teorías de aprendizaje.....	9



2.2.1.2.	Lúdico.....	10
2.2.1.3.	Estrategias lúdicas .....	10
2.2.1.4.	Tipos de estrategias: un aporte al aprendizaje significativo .....	11
2.2.1.5.	La motivación .....	13
2.2.1.6.	La creatividad.....	14
2.2.1.7.	El entorno personal de aprendizaje.....	14
2.2.2.	Variable Dependiente .....	15
2.2.2.1.	Hábitos alimenticios en los niños .....	15
2.2.2.2.	Programas de alimentación infantil .....	17
2.2.2.3.	Programa 5 al día.....	18
2.2.2.4.	Alimentación sana .....	20
2.2.2.5.	Nutrición y salud en infantes .....	21
2.2.2.6.	Alimentación y aprendizaje .....	22
2.2.2.7.	Centros de Desarrollo Integral C.D.I. ....	23
2.3.	Hipótesis de estudio .....	24

### CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO .....	26
3.1. Enfoque investigativo.....	26
3.2. Modalidades de investigación.....	26
3.3. Nivel o tipo de investigación .....	27
3.4. Población y Muestra .....	28
3.5. Operacionalización de variables .....	30
3.6. Recolección de la información.....	33
3.7. Procesamiento de la información.....	33

### CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	35
4.1. Análisis e interpretación de resultados .....	35
4.2. Discusión .....	45
4.3. Comprobación de hipótesis .....	46
4.3.2. Selección de significancia .....	47

4.3.3.	Grados de Libertad.....	47
4.3.4.	Preguntas seleccionadas para la verificación de la hipótesis....	50
4.3.5.	Distribución estadística .....	50
4.3.6.	Cálculo estadístico .....	51
4.3.7.	Verificación de la hipótesis .....	52
4.3.8.	Regla de decisión.....	52
4.3.9.	Conclusión de la verificación de la hipótesis .....	52

## CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	53
5.1. Conclusiones .....	53
5.2. Recomendaciones .....	54
Bibliografía tomada de Libros .....	55
Bibliografía tomada de revistas científicas.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Linkografía .....	58
Anexos.....	62,62,63

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla N° 1:</b> Hábitos Alimenticios .....	17
<b>Tabla N° 2:</b> Aporte de los colores en frutas y vegetales .....	19
<b>Tabla N° 3:</b> Variable Independiente de las estrategias lúdicas .....	30
<b>Tabla N° 4:</b> Variable dependiente Programas de cinco al día .....	32
<b>Tabla N° 5:</b> Plan de procesamiento de la información.....	33
<b>Tabla N° 6:</b> El programa del 5 al día .....	35
<b>Tabla N° 7:</b> El desarrollo de buenos hábitos alimenticios.....	36
<b>Tabla N° 8:</b> Las estrategias de la alimentación de infantes.....	37
<b>Tabla N° 9:</b> La importancia de la alimentación diaria .....	38
<b>Tabla N° 10:</b> La alimentación influye en el aprendizaje.....	39
<b>Tabla N° 11:</b> Se planifica el buen hábito alimenticio.....	40
<b>Tabla N° 12:</b> Aceptación de los niños a los alimentos que ingieren .....	41
<b>Tabla N° 13:</b> Se debe incluir en su dieta diaria frutas y hortalizas .....	42
<b>Tabla N° 14:</b> Se recibe información del programa 5 al día .....	43
<b>Tabla N° 15:</b> Se interesa en conocer estrategias para la aplicación del programa .....	44
<b>Tabla N° 16:</b> Distribución estadística.....	50

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico N° 1</b> Pirámide alimenticia .....	21
<b>Gráfico N° 2:</b> El programa del 5 al día .....	22
<b>Gráfico N° 3</b> Tasa de retorno de la inversión en capital humano .....	24
<b>Gráfico N° 4:</b> El programa del 5 al día .....	35
<b>Gráfico N° 5:</b> El desarrollo de buenos hábitos alimenticios .....	36
<b>Gráfico N° 6:</b> Las estrategias de la alimentación de infantes.....	37
<b>Gráfico N° 7:</b> La importancia de la alimentación diaria .....	38
<b>Gráfico N° 8:</b> La alimentación influye en el aprendizaje.....	39
<b>Gráfico N° 9:</b> Se planifica el buen habito alimenticio .....	40
<b>Gráfico N° 10:</b> Aceptación del os niños a los alimentos que ingieren .....	41
<b>Gráfico N° 11:</b> Se debe incluir en su dieta diaria frutas y hortalizas .....	42
<b>Gráfico N° 12:</b> Se recibe información del programa 5 al día .....	43
<b>Gráfico N° 13:</b> se interesa en conocer estrategias para la aplicación del programa .....	44
<b>Gráfico N° 14:</b> Distribución de la t de student .....	49
<b>Gráfico N° 15:</b> Verificación de hipótesis.....	52

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA ESTIMULACIÓN TEMPRANA**

**“ ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.”**

**Autora:** Carranza Freire Diana Maira

**Tutora:** Lic. Elsa Verónica Troya Ortiz Mg.

**Fecha:** Marzo 2019

**RESUMEN**

Las estrategias lúdicas para el programa 5 al día en los C.D.I. se fundamenta en la creación de campañas para la concientización a las personas en consumir frutas con impulsores que reparten frutas y hortalizas con una metodología basada en los niveles de investigación exploratorio y descriptivo, un enfoque mixto (cualitativo y cuantitativo), y una modalidad de la investigación de campo y bibliográfica; se plantea la población a estudiar y los instrumentos a utilizar para levantamiento de información en campo; mismos que concluyeron que se identificó que no se aplican estrategias lúdicas para el desarrollo del proyecto, encontrando que como estrategias utilizan el correcto uso del lenguaje para explicar la importancia de la higiene previo la alimentación, además no existen estrategias de por medio que ayuden o incentiven el programa de alimentación cinco al día propuesto por la OMS. También se evaluó el nivel de conocimiento sobre el programa es que existe un total desconocimiento, pues todas contestaron que desconocen sobre el programa cinco al día; para relacionar las estrategias lúdicas con el programa se aplicó una investigación correlacional y con ello se comprobó la hipótesis para medir la relación de las variables, lo cual a través de la t de student se descubrió que las estrategias lúdicas si inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.; consiguiente se recomienda promover la ingesta adecuada de alimentos, así como, la importancia de la higiene previo la alimentación de frutas y verduras

**PALABRAS CLAVES:** ESTRATEGIAS LÚDICAS; PROGRAMAS; LENGUAJE; ALIMENTACIÓN; SALUD; BIENESTAR; HIGIENE.

**TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
EARLY STIMULATION CAREER**

**Theme: " LUDIC STRATEGIES FOR THE PROGRAM 5 A DAY IN THE C.D.I."**

**Author:** Carranza Freire Diana Maira  
**Tutor:** Lic. Elsa Verónica Troya Ortiz Mg.  
**Date:** March 2019

**SUMMARY**

The playful strategies for the 5 a day program in the C.D.I. It is based on the creation of campaigns to raise awareness among people who consume fruits with drivers who distribute fruits and vegetables with a methodology based on levels of exploratory and descriptive research, a mixed approach (qualitative and quantitative), and a modality of field and bibliographical research; the population to be studied is considered and the instruments to be used for information gathering in the field; they concluded that it was identified that play strategies are not applied for the development of the project, finding that as strategies they use the correct use of language to explain the importance of hygiene prior to feeding, in addition there are no strategies to help or incentivize the five-a-day feeding program proposed by the WHO. The level of knowledge about the program was also evaluated, which is that there is a total lack of knowledge, since all answered that they do not know about the program five a day; to relate the play strategies with the program, a correlational investigation was applied and with this the hypothesis was verified to measure the relationship of the variables, which through the student's t was discovered that the playful strategies do affect the development of the program 5 a day in the CDI; Therefore, it is recommended to promote the adequate intake of food, as well as, the importance of hygiene prior to feeding fruits and vegetables

**KEYWORDS:** PLAYFUL STRATEGIES; PROGRAMS; LANGUAGE; FEEDING; HEALTH; WELLNESS; HYGIENE

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación determinada Las estrategias lúdicas para el programa 5 al día en los C.D.I., consta de cinco capítulos, mismos que tratan y desarrollan de manera amplia, dando así a conocer el nivel de conocimiento que poseen los cuidadores en los CDI en cuanto a la alimentación y las habilidades a utilizarse para lograr implementar o mejorar en los niños buenos hábitos alimenticios.

Las estrategias lúdicas se las diseñan para crear un ambiente de armonía en los estudiantes que están inmersos en el proceso de aprendizaje; este método busca que los alumnos se apropien de los temas impartidos por los docentes utilizando el juego, y este juego puede verse disfrazado para lograr una finalidad, estas estrategias pueden ser cuentos, canciones, poemas, creatividad.

Una actividad lúdica es aquello que se puede realizar en el tiempo libre, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y de las preocupaciones, y para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, obteniendo varios beneficios de manera especial en los niños, ayuda a la concentración y agilidad mental, expresión corporal, mejora el equilibrio y la flexibilidad, mejora la circulación sanguínea, libera endorfina y serotonina, entre otros.

En la actualidad el alimentarse de una forma adecuada ha ido perdiendo fuerza debido a malos hábitos alimenticios que se va adquiriendo a edades tempranas, es por ello que la OMS preocupada por la gran incidencia de enfermedades causadas por este nuevo “mal” se ha visto en la necesidad de crear un programa denominado “5 al día”, el cual es formado por investigadores, científicos, médicos, nutricionistas y pedagogos.

El programa 5 al día se considera como un programa internacional por el cual el objetivo principal conlleva a promocionar el consumo de frutas y verduras frescas en el mundo. Está presente en más de 40 países de los 5 continentes, es la mayor estrategia de promoción del consumo de frutas y hortalizas en el mundo, cuyas actividades han obtenido resultados contrastados en la modificación de los hábitos alimenticios de los consumidores.



# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA**

### **1.1. Tema**

ESTRATEGIAS LÚDICAS PARA EL PROGRAMA 5 AL DÍA EN LOS C.D.I.

### **1.2. Planteamiento del problema**

#### **1.2.1. Contextualización**

Las Estrategias 5 al día (2018), es una ASOCIACIÓN sin ánimo de lucro cuyo fin consiste en fomentar el consumo diario de FRUTAS Y HORTALIZAS FRESCAS, el mandato de la (OMG, 2019) consiste en mejorar la salud pública mundial, prestando especial atención a la reducción de las desigualdades en materia de salud; en 2002, los Estados Miembros pidieron a la OMS que elaborara una Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud en el contexto del aumento de la carga de enfermedades crónicas, durante una serie de reuniones consultivas regionales para elaborar la estrategia, los Estados Miembros señalaron la importancia de que la Organización colaborara con ellos de forma proactiva para ayudarlos a incrementar el consumo de frutas y verduras.

En Ecuador mueren diariamente 42 personas por enfermedades de sobrepeso y obesidad, es por esa razón que se crea campañas con el apoyo de respaldo público de concientización para el consumo de productos saludables, con publicidad y recomendaciones verbales en sitios estratégicos promoviendo publicitariamente el mensaje” consumir 5 porciones de verduras y frutas y realizar ejercicio 30 minutos diarios para disminuir enfermedades como diabetes e hipertensión” (Gobierno de la Republica del Ecuador , 2018).

Actualmente el estado ecuatoriano impulsa la política pública para establecer nuevos hábitos de consumo desde edades tempranas con productos saludables en la población. Actualmente, los productos llevan etiquetas e informes nutricionales para dar a conocer a los consumidores mediante programas con alcance escolar, materno, el programa ejercítate Ecuador con el fin de erradicar el sedentarismo cotidiano en el pueblo ecuatoriano. Las enfermedades de sobrepeso y obesidad forman parte de un problema del sector público, debido que más adelante podrían ser causante de contraer enfermedades crónicas como cáncer, enfermedades respiratorias y enfermedades cardiovasculares.

A nivel de **Tungurahua** la Dirección de Educación intervenida por el departamento institucional PAE (Programa de Alimentación Escolar) quien se encarga de administrar la distribución de los alimentos que son dirigidos para los niños, en donde inoportunamente estos alimentos no cumplen totalmente con los estándares y requerimientos proteínicos y vitamínicos que son necesarios para los niños que ayudan a combatir diariamente la tarea de aprender, es por esta razón que es necesario implementar una alimentación balanceada que facilite a los estudiantes aliviar el tiempo que pasan en las aulas de las escuelas, a partir de esto es esencial que los docentes y los padres de familia quienes son encargados de concientizar sobre este tema y ayudar a solucionar este mal que aqueja a los niños.

### **1.2.2 Formulación del problema**

¿Cómo inciden las estrategias Lúdicas en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I?

### **1.3 Justificación**

La **importancia** para este tema de estudio es identificar cuáles son los componentes fundamentales para una buena alimentación con una dieta

diaria saludable para prevenir así enfermedades futuras de carácter crónicas y prolongar unos años más la vida del pueblo ecuatoriano.

La **factibilidad** está enfocada al impacto social que genera esta investigación, mediante la concientización a la comunidad y grupos vulnerables como los infantes; el aspecto económico no requiere de recursos o presupuesto monetarios, lo cual facilita a la investigadora para llevar a cabo este proyecto.

El **impacto** que tiene estas estrategias está reflejado en las consecuencias del sedentarismo son reflejadas principalmente en la población infantil de 0 a 6 años de edad, donde este tipo de hábitos provocan el deterioro de la salud con la obesidad en los infantes, donde se intenta contrarrestar este problema social mediante estrategias para mejorar la nutrición, la Organización Mundial de la Salud, brinda apoyo a la estrategia NAOS, a través de una alimentación variada enriquecida de frutas, verduras y hortalizas.

El **aporte para la sociedad** es el proyecto 5 al día, que busca estrategias para la prevención de enfermedades desde la niñez y están respaldadas por la Organización Mundial de la Salud conjuntamente con otras organizaciones que están interesadas en el progreso y futuro de la sociedad, evitando adultos con enfermedades crónicas.

La investigación contribuye al repositorio de la Universidad Técnica de Ambato, ya que es una investigación con novedad científica, puesto que no existe referencias sobre el tema en mención; por lo cual otras investigaciones que desarrollen el mismo tema o abarque cualquiera de las dos variables, podrán referirse al presente estudio que servirá de base, por los aportes que en esta se desarrolla.

### **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo General**

Establecer estrategias lúdicas para el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.

### **1.3.2. Objetivos Específicos**

- Identificar estrategias lúdicas para el desarrollo del proyecto.
- Evaluar el nivel de conocimiento sobre el programa 5 al día que tienen las educadoras en los C.D.I.
- Relacionar las estrategias lúdicas con el programa 5 al día en los C.D.I.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes investigativos

Se presenta análisis realizados en estudios científicos como artículos, paper revistas y tesis influyentes a las estrategias lúdicas inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.; que se los puede encontrar en los repositorios de las universidades y escuelas politécnicas del país.

En 2012, un estudio del Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe (CERLALC) de la UNESCO encontró que, en cuanto a lectura de libros, el Ecuador estaba a la cola en la región, con un promedio de 0.5 libros al año por persona, junto a Colombia con 2.2, México con 2.9, Argentina con 4.6, Chile con 5.4 (Torres, 2014, pág. 2).

En 2013, en una encuesta del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2013) realizada en cinco ciudades del Ecuador, 27% de las personas entrevistadas declaró no tener hábito de leer. De ellas, 56,8% dijo que no le interesaba la lectura. Entre quienes dijeron leer libros, apenas 0.3% dijo hacerlo en una biblioteca. ¿Qué daría una encuesta nacional que incluyera las ciudades pequeñas, las zonas rurales, la población menor de 16 años? En el Tercer Estudio Regional Comparativo y Explicativo TERCE, (2013) del Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de la Calidad de la Educación de la UNESCO, el Ecuador mostró serias deficiencias en lectura y escritura en la educación básica. En Lectura y Escritura 6º grado (7º básica) el Ecuador se ubicó por debajo de la media regional. La ficha de logro de aprendizaje del Ecuador dice: *“En lectura en 6º grado el promedio del país es significativamente menor al promedio regional”* (Flotts, y otros, 2015, pág. 162).

El autor González & Otero (2015) dentro de su investigación “Niveles de comprensión lectora en alumnos” hacen referencia a los niveles concluyentes que los escolares de tercer grado que tienen dificultades de comprensión lectora, 25 niños obtuvieron índices de fluidez bajos (3 niños en el rango de 0 a 35, y 22 niños en el rango de 36 a 70). Estas dificultades en fluidez se caracterizan por una lectura lenta, fragmentada y por cometer 16 errores como promedio.

Los errores más frecuentes son: omisión de palabras, cambios de letras, o cambios de palabras. De los escolares de quinto grado con dificultades hay 6 que presentan problemas de fluidez, ubicándose en el rango de 36 a 70. Estos estudiantes muestran ansiedad por leer rápido al saber que se les mide el tiempo, lo que los hace equivocarse y cometer tantos errores como los estudiantes de tercer grado que presentan dificultades en este sentido, sin embargo, se ubican en el índice de 36 a 70, lo cual supone que presentan dificultades en fluidez. No obstante, un grupo de 10 de estos estudiantes sin dificultades en comprensión, obtuvo índices medios de fluidez- de 71 a 105 y de 106 a 140 (González & Otero, 2015).

Así mismo la autor García (2015); con el tema “Atención Pedagógicas basadas en actividades lúdicas para la socialización y motivación al aprendizaje de la niña Valeska de la sala de Infantes A, del CDI Colombia en el I semestre del año 2015”, misma que concluye que:

La principal situación que afectaba a Valeska era la falta de motivación por parte de sus padres, debido a que ellos dedicaban más tiempo a su trabajo que convivir con la niña. Es por tal razón que Valeska lloraba mucho al momento de ingresar al salón de clase. La niña Valeska muy poco interactuaba con los niños y niñas en las diferentes actividades que implementaban las docentes en el salón de clase, debido al estado de ánimo que presentaba la niña. Las docentes le brindaban poca atención a la niña Valeska en los momentos en que la niña se encontraba en un estado de ánimo muy triste, y debido a esas circunstancias las docentes la integraban muy poco a las actividades que ellas realizaban. Fue muy agradable y muy satisfactorio tener una relación afectiva con la mamá de la niña Valeska y con las docentes del CDI donde también logramos tener vínculos afectivos con la niña Valeska y además niños y niñas. Gracias a la ayuda de las docentes de infantes A, logramos intervenir en algunas actividades que favorecieron la motivación de la niña Valeska y de los demás niños y niñas. Al finalizar esta investigación se logró que la niña Valeska dejara de llorar y que socializara con sus compañeritos en las actividades planificadas, así mismo se evidenció la motivación y el deseo de participar en los diferentes

momentos en que se realizaban las actividades lúdicas. También se logró que las educadoras se involucraran en todo momento en las diferentes actividades lúdicas que se realizó con la niña Valeska y con todo el grupo durante las ejecuciones de los planes de acción (García G. A., 2015, pág. 56).

La investigación da a conocer las características de estos niños de las edades de uno a dos años de edad el cual permitió asumir el reto, porque no tenía experiencia de interactuar con niños pequeños. Esto favoreció para aplicar nuevas estrategias y habilidades para lograr el interés y despertar la motivación al aprendizaje de los niños y niñas de esta edad.

## **2.2. Marco teórico**

### **2.2.1. Variable Independiente**

#### **2.2.1.1. Teorías de aprendizaje**

Según Burbano (2015), hay teorías que ayudan a comprender, prevenir, y controlar el comportamiento de los humanos e intentan explicar cómo se aprende y retiene el conocimiento; la finalidad del estudio es adquirir destrezas y habilidades mediante el razonamiento de los conceptos.

La teoría del condicionamiento clásico de Pávlov: explica como los estímulos simultáneos llegan a evocar respuestas semejantes, aunque tal respuesta fuera evocada en principio sólo por uno de ellos. La teoría del condicionamiento instrumental de Skinner puntualiza el comportamiento determinado; se observa la naturaleza e imita los modelos mediante la teoría de la Psicogenética de Piaget, en la que se aborda la manera en que las personas construyen el conocimiento mediante el desarrollo cognitivo (Plazas, 2006).

Las teorías del aprendizaje describen los procesos que tiene cada persona, animal y permite regular del diseño mediante estrategias que facilitan el conocimiento (Porto, 2014).

Hoy en día es muy importante comprender el comportamiento humano, y buscar alternativas en las que puede servir de apoyo para el conocimiento donde el principal fin que tiene es buscar destrezas y generar habilidades para tener razonamiento y de esta manera absorber la mayor cantidad de conocimiento, como lo es el caso muy particular en niños en sus primeros

años de vida donde se trata de tener mejores resultados con prevención y sobre todo con una alimentación correcta para el desempeño en sus actividades escolares.

#### **2.2.1.2. Lúdico**

Se conoce como lúdico al adjetivo que designa todo aquello relativo al juego, ocio, entretenimiento o diversión, este término viene del latín ludus que significa “juego”, algunos sinónimos que se pueden emplear para la palabra lúdico son juguetero, divertido, placentero, recreativo, entretenido, entre otros (Rodríguez, 2018).

Una actividad lúdica es aquello que se puede realizar en el tiempo libre, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y de las preocupaciones, y para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, así como otros beneficios, entre los cuales están:

- ✓ Amplía la expresión corporal
- ✓ Desenvuelve la concentración y agilidad mental
- ✓ Mejora el equilibrio y la flexibilidad
- ✓ Aumenta la circulación sanguínea
- ✓ Libera endorfina y serotonina
- ✓ Proporciona la inclusión social (pág. 66).

En el contexto escolar se identifica como estrategias para los niños buscando una manera interactiva para salir de la monotonía, consiguiendo un equilibrio en los niños, ayudando a mejorar la concentración, el movimiento corporal, liberando tensiones y sobre todo ayudando a la participación e integración de los niños en su entorno, ya que si se utiliza de manera correcta en los niños los beneficios a futuro son crear jóvenes y adultos con facilidad para reflexionar y la manera de como sobrellevar retos difíciles que plantea la vida.

#### **2.2.1.3. Estrategias lúdicas**

Dichas estrategias se las diseñan para crear un ambiente de armonía en los estudiantes que están inmersos en el proceso de aprendizaje; este método busca que los alumnos se apropien de los temas impartidos por los docentes utilizando el juego (Encuentro de Jóvenes Investigadores, 2016).



Las estrategias lúdicas no significan solamente jugar por recreación, sino por el contrario, desarrolla actividades muy profundas dignas de su aprehensión por parte del alumno, empero disfrazadas a través del juego, los juegos en los primeros años deben ser sensoriales (3 años). En etapas más avanzadas deben promover la imaginación y posteriormente juegos competitivos (Ortega, 2011).

Las estrategias lúdicas son un tema muy amplio dentro de la interacción y el aprendizaje de los niños en sus primeros años de vida, con el fin de mejorar totalmente la expresión corporal y la inducción de los niños hacia el entorno, estas estrategias pueden ser de varios tipos como lectura, canciones, juegos, expresiones corporales y otros.

#### **2.2.1.4. Tipos de estrategias: un aporte al aprendizaje significativo**

Según Viloria (2014), las estrategias se constituyen como uno de los temas principales de la pedagogía en las últimas décadas en las entidades educativas, debido a los vertiginosos cambios tecnológicos.

Díaz (2006), refiere que diversas corrientes han subrayado su significación a partir de aproximaciones teóricas y metodológicas del más variado carácter para realizar su clasificación; en efecto, es sumamente difícil encontrar un área en la que no se planteen las condiciones que propician el surgimiento, la formación, el desarrollo y la evaluación de las mismas (pág. 12).

Son diferentes alternativas que se opta para tener el máximo del aprendizaje, en el caso de los niños tiene mucha más complejidad ya que se encuentran en sus años de formación y están sometidos a más cambios, donde se ven reflejados cuando llegan a la adultez en donde demuestran su seguridad y la facilidad para desenvolverse e integrarse a la sociedad.

- **Cuentos**

Según Martos (2007), los cuentos “surgen históricamente como relatos en prosa, de extensión variable, que tratan de personajes y hechos bien ficticios o de un pasado reconocible”. Se componen siempre de una secuencia corta

de motivos. En todo caso, le sirve al niño para dar vitalidad al espíritu, motivar la imaginación creadora, sensibilizarse, entre otros aspectos.

Los cuentos ayudan a desarrollar la imaginación a los niños, ya que a través de la recreación de una fantasía se puede lograr la atención de los infantes, donde se puede transmitir mensajes positivos como la fraternidad, el trabajo en equipo, valores personales, y otros, que son de suma importancia para que los niños aprendan a diferenciar lo bueno de malo.

- **Canciones**

Serrano y Gil (2003) expresan que, según el Diccionario Harvard de Música, la canción es una forma de expresión musical en la que la voz humana “desempeña el papel principal y tiene encomendada un texto; como término genérico, cualquier música que se cante; más específicamente, una composición vocal breve, sencilla, que consta de una melodía y un texto en verso”.

Las canciones son muy importantes dentro de la infancia, ya que ayudan a expresar mediante la música con rimas, y frases con sentido, a través de una composición vocal melodías que son de gran ayuda para desenvolverse, se puede enseñar con canciones, puede actuar como una herramienta y alternativa para el aprendizaje.

- **Poemas**

Jiménez (2009), que “en la poesía se mezcla el ritmo y la rima e interesan al niño por la música con la que se dice, estas rimas se conocen también como pre-cuentos, porque acercan al niño al mundo de los cuentos” (pág. 17), esto es así porque su estructura es sencilla, fácil de recordar, donde abundan las repeticiones, lo cual agrada al infante.

Los poemas en los niños son de gran ayuda para la memoria, ya que mediante pequeñas frases y rimas se logra que el niño vaya desarrollando su concentración y su capacidad para retener información, lo cual es muy

importante y de gran ayuda para el desarrollo del cerebro, la expresión verbal y la elocuencia.

- **Juegos grupales**

Jiménez (2004), “el juego se trata de una actividad natural del ser humano, en la que éste toma parte por la sola razón de divertirse y sentir placer”, de allí la importancia de propiciar la libre expresión de los niños y niñas a través de juegos, dramatizaciones, cantos, poesías y especialmente de actividades lúdicas.

Dentro de la infancia es fundamental recalcar la importancia de compartir, creando valores de responsabilidad, solidaridad y trabajo en equipo, empleando estrategias donde se pueda incorporar a todos los niños sin excepción.

#### **2.2.1.5. La motivación**

La palabra motivación deriva del latín *motivus* o *motus*, que significa (causa del movimiento); la motivación puede definirse como: el señalamiento o énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad, creando o aumentando con ello el impulso necesario para que ponga en obra ese medio o esa acción, o bien para que deje de hacerlo (Pinillos, 2017).

Otros autores definen la motivación como: la raíz dinámica del comportamiento; es decir, los factores o determinantes internos que incitan a una acción. La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta (Woolfolk, 2016).

La motivación en los niños es importante ya que mediante esto se puede lograr elevar el autoestima y seguridad en los niños, ayuda a sacar lo mejor y lo positivo de cada persona mediante acciones, en el contexto de esta investigación se refiere a que es primordial tomar acciones de motivación a consumir alimentos saludables, concientizando a los padres y docentes quienes son los responsables directos de crear hábitos a favor de los niños menores a 6 años.

### **2.2.1.6. La creatividad**

La creatividad es la capacidad de generar nuevas ideas o conceptos, de nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, que habitualmente producen soluciones originales, es sinónimo del "pensamiento original", la "imaginación constructiva", el "pensamiento divergente" o el "pensamiento creativo"; es una habilidad típica de la cognición humana, presente también hasta cierto punto en algunos primates superiores, y ausente en la computación algorítmica (Monreal, 2012).

La creatividad, como ocurre con otras capacidades del cerebro como son la inteligencia, y la memoria, engloba varios procesos mentales entrelazados que no han sido completamente descifrados por la fisiología, se mencionan en singular, por dar una mayor sencillez a la explicación, por ejemplo, la memoria es un proceso complejo que engloba a la memoria a corto plazo, la memoria a largo plazo y la memoria sensorial (Monreal, 2012, pág. 25).

La creatividad es fundamental, ya que son herramientas para demostrar la inteligencia, la imaginación, la innovación, en este tema de estudio influye en cómo llegar atraer la atención de los niños mediante la creatividad pudiendo emplear una serie de actividades totalmente fuera de lo común, pueden ser campañas publicitarias, canciones llenas de mucho color y significado enfocadas para el consumo de productos y alimentos saludables.

### **2.2.1.7. El entorno personal de aprendizaje**

Dentro del ámbito de la educación, el PLE se refiere al conjunto de herramientas de aprendizaje, materiales, instrumentos, servicios y artefactos de numerosos contextos y entornos para ser utilizados por el estudiante, ayuda al estudiante a tomar un papel activo y a tomar el control de su aprendizaje, esto implica que se debe determinar los propios objetivos de aprendizaje y controlar el proceso de aprendizaje, incluyendo la adquisición de contenidos y objetos de aprendizaje; por lo que el PLE se trata de un proceso autorregulado de aprendizaje, donde el estudiante controla su aprendizaje, los objetivos, su contenido y el proceso en sí (Cabero, 2011).

Un análisis de las fortalezas y debilidades de las herramientas, mecanismos y actividades que usamos o realizamos nos permitirá

mejorarlo y potenciar el, puede ser completamente controlado o adaptado por el estudiante según sus necesidades formales e informales de aprendizaje, no todos los estudiantes tienen las habilidades de auto regulación y manejo del conocimiento necesarias para usar los medios de comunicación social en forma que les permita ajustar sus PLE para obtener las experiencias de aprendizaje esperadas; por tal motivo es importante que los docentes, sobre todo a nivel de educación superior, ayuden a sus estudiantes a desarrollar estrategias de auto aprendizaje regulado basado en PLE (Kitsantas, 2011).

El entorno para el aprendizaje es muy primordial ya que es en donde se va a desenvolver el infante para absorber conocimiento, en donde el docente es quien tiene todo el control para buscar estrategias y tácticas para un correcto aprendizaje, en el contexto de esta investigación va enfocada a que los docentes son quienes están encargados directamente para incentivar tanto a los padres como los estudiantes a buscar alternativas naturales y sustitutos para contrarrestar la mala alimentación desde edades tempranas.

## **2.2.2. Variable Dependiente**

### **2.2.2.1. Hábitos alimenticios en los niños**

En los 2 primeros años de vida (cuando el aprendizaje del niño es constante), también se forman las preferencias alimentarias. La mayoría de estas preferencias se aprenden, pero algunas son innatas. Las preferencias alimentarias de un niño tienen un impacto directo en su comportamiento, lo que a su vez se relaciona con la salud general, el bienestar y su peso corporal, desde hace muchos años, la industria de alimentos y bebidas se ha beneficiado de este conocimiento y estimula la formación de preferencias alimentarias poco saludables en los niños de todas las edades a través de varias técnicas de comercialización y publicidad (Kowal, 2019).

La costumbre por los hábitos alimentarios intervienen principalmente en; núcleos familiares, centros escolares y medios de comunicación; la familia es el ente que regula los hábitos de alimentación siendo quienes aportan a la dieta de los niños y en las conductas relacionadas, estos hábitos son el resultado de la cultura y la sociedad (Macias, 2012).



**Tabla N° 1: Hábitos Alimenticios**

<b>Hábitos</b>	<b>Recomendaciones</b>
Iniciar el día con un desayuno nutritivo	No tener el estómago vacío, para caminar y quemar calorías acostumbrando al cuerpo a desayunar bien con proteínas, fibra y carbohidratos.
Entrecomidas saludables.	Ingerir bocadillos nutritivos entre comidas.
Beber agua.	Los niños de unos 4 a 8 años deben tomar mínimo 1,5 litros al día y de adultos hasta los 3 litros.
Ingerir frutas y verduras.	Preparar alimentos saludables con productos naturales contribuyendo al crecimiento de los infantes.
Cocinar en casa	Aprender a cocinar y disfrutar en la cocina es un hábito buenísimo para evitar comidas rápidas y precocidas.
Tener creatividad para la cocina	Preparar platillos divertidos con frutas y verduras con los niños
Comer reunidos con la familia	Tener el hábito de comer en familia
Comer despacio	Masticar despacio los alimentos y evitar más de la cuenta
Aprender cuando parar de comer	Tener autocontrol y saber cuándo se debe parar de comer

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** (Broc, 2018).

#### **2.2.2.2. Programas de alimentación infantil**

El Programa de Nutrición es el referente en los temas de nutrición y alimentación en la provincia, siendo el apoyo en la planificación de actividades de investigación, vigilancia - monitoreo, educación, divulgación de la información sobre el Estado Nutricional de la Población, contribuye en el apoyo de actividades relacionadas con alimentación y nutrición humana con universidades, organismos gubernamentales y no gubernamentales, instituciones privadas, organizaciones particulares, entre otros; promoviendo hábitos de vida saludable hacia toda la población (Correa, 2014).

Los programas y políticas escolares holísticos y coherentes son clave para lograr los derechos humanos de los niños a la alimentación, la educación y la salud. A través de intervenciones complementarias, como comidas escolares saludables y educación sobre alimentación y nutrición, los

alumnos pueden mejorar sus dietas, desarrollar prácticas alimentarias más sanas y extenderlas a sus familias y comunidades, estos programas también pueden apoyar la agricultura local, fortalecer y diversificar los sistemas alimentarios locales y ayudar a sacar a las personas de la pobreza mediante el suministro de alimentos para las comidas escolares producidos por los pequeños agricultores locales (Alimentación y nutrición escolar, 2019).

Los programas de alimentación infantil son muy importantes ya que contribuyen con la sociedad, evitando que existan enfermedades crónicas a futuro en los niños, creando hábitos saludables y disminuyendo la tasa de mortalidad a edades tempranas. Es muy importante recalcar que hoy en día los gobiernos crean programas escolares para erradicar la desnutrición, planes para evitar los malos alimentos en bares escolares, el semáforo en productos para el consumo, creando conciencia en los adultos para que puedan cuidar de una manera correcta a los menores, aliviando los problemas sociales con los que hoy en día debe tolerar la sociedad.

### **2.2.2.3. Programa 5 al día**

El programa 5 al día se considera como un programa internacional por el cual el objetivo principal conlleva a promocionar el consumo de frutas y verduras frescas en el mundo. Está presente en más de 40 países de los 5 continentes, es la mayor estrategia de promoción del consumo de frutas y hortalizas en el mundo, cuyas actividades han obtenido resultados contrastados en la modificación de los hábitos alimenticios de los consumidores (Organización Mundial de la Salud, 2019).

El Programa Educativo “5 al día” es un compendio formativo desarrollado por un equipo de pedagogos de gran prestigio, Interactiva de la Editorial Grao Catalana, bajo la supervisión del Comité Científico “5 al día”, formado por prestigiosos investigadores, científicos y médicos expertos en la salud y la nutrición humana. Este programa que persigue el cambio de hábitos de consumo de frutas y hortalizas, muy escaso en la actualidad, de los niños a lo largo de su formación escolar en los ciclos de la educación infantil y primaria, se enmarca en los conceptos de los hábitos saludables de vida y, en concreto, en el marco de lo que se considera una alimentación sana y equilibrada (Programa “5 al día”, 2019).



**Tabla N° 2:** Aporte de los colores en frutas y vegetales

Color	Frutas	Aporte Nutricional
Verde	Lechuga, apio, brócoli, manzanas verdes, kiwis, limones y muchos más alimentos	Proporcionan luteína, un potente antioxidante junto al calcio, el magnesio, la fibra y las vitaminas K y C. Incluso, protegen contra tipos de cáncer, mantienen huesos y dientes fuertes y ayudan a la salud visual.
Amarillo	El melón, el mango, el plátano, el maíz y otros	Son ricos en vitamina C, magnesio, ácido fólico y potasio, que ayudan a mejorar la salud cardiovascular, la piel y mantienen el sistema inmune.
Naranja	las mandarinas, calabazas, zanahorias	Son ricos en carotenos y carotenoides, bases de la vitamina A que refuerzan las defensas y propenden por una buena salud visual y de la piel.
Rojo	Las fresas, manzanas, los pimentones, tomates y demás	Contienen vitamina C, magnesio y licopeno, unas sustancias que contribuyen al bienestar del corazón. También se relacionan con la disminución del riesgo de padecer cáncer.
Café y blanco	las peras, champiñones, coliflores y cebollas	Son fuente de flavonas y flavonoides, que funcionan como antioxidantes, antimicrobianos y antiinflamatorios. Por ello, regulan los niveles de colesterol, la presión arterial y a disminuir ciertos tipos de cáncer.
Morado y azul	Uvas, cebollas, ciruelas, moras y berenjenas.	Tienen un alto beneficio antioxidante. Igualmente, mejoran la salud mental, protegen el corazón y regulan la presión arterial.

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** (El espectador , 2014).

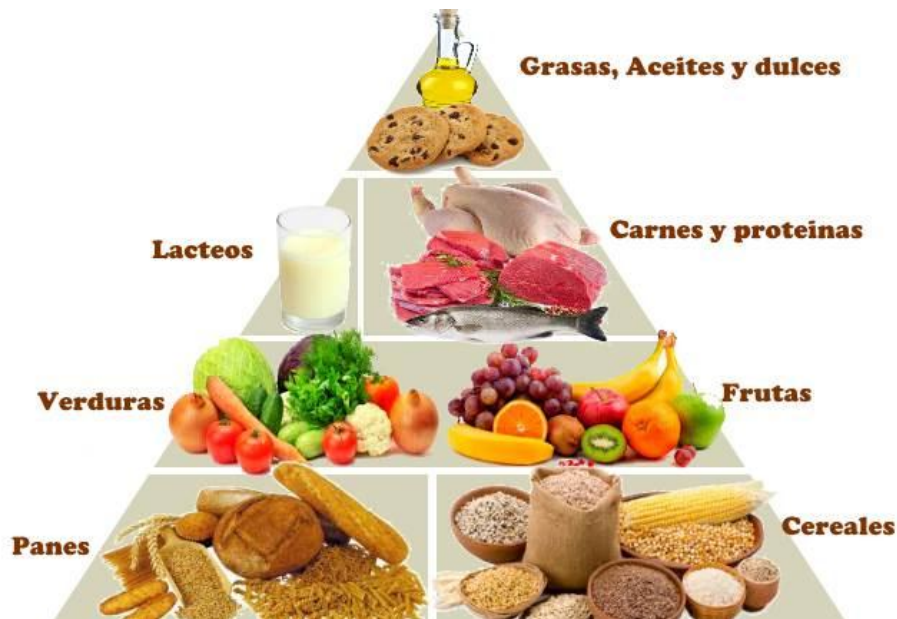
El programa 5 al día es un apoyo fundamental para la alimentación quien esta solventada por los gobiernos de cada país e instituciones y organizaciones a nivel mundial como la Organización Mundial de la Salud,

para lo cual, con datos estadísticos representativos en la desnutrición y enfermedades crónicas desde edades tempranas ha tomado medidas preventivas tratando de informar a las personas sobre los peligros, y los beneficios de las frutas y alimentos tratando de cambiar los hábitos en la alimentación.

#### **2.2.2.4. Alimentación sana**

La alimentación sana se transportar de acuerdo a la alimentación sana a lo largo de la vida ayuda a prevenir la malnutrición en todas sus formas, así como diferentes enfermedades no transmisibles y trastornos, el aumento de la producción de alimentos procesados, la rápida urbanización y el cambio en los estilos de vida han dado lugar a un cambio en los hábitos alimentarios, las personas consumen más alimentos hipercalóricos, grasas, azúcares libres y sal/sodio; por otra parte, muchas personas no comen suficientes frutas, verduras y fibra dietética, como por ejemplo cereales integrales (OMS, 2018).

Una alimentación saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes que necesitas para mantenerte sana, sentirte bien y tener energía, estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales, la nutrición es importante para todos, combinada con la actividad física y un peso saludable, la buena alimentación es una forma excelente de ayudar a tu cuerpo a mantenerse fuerte y saludable (Breastcancer, 2018).



**Gráfico N° 1** Pirámide alimenticia  
**Fuente:** (Buena Salud , 2010)

#### **2.2.2.5. Nutrición y salud en infantes**

El período que va desde el nacimiento hasta los dos años de edad es una ventana crítica para la promoción del crecimiento, la salud y el desarrollo comportamental óptimos, la base de estudios longitudinales se ha comprobado que también es la edad pico donde aparecen trastornos del crecimiento, ciertas deficiencias de micronutrientes y enfermedades comunes de la niñez, como la diarrea; el déficit nutricional que se produce durante estos años formativos tiene consecuencias inmediatas y a largo plazo, las consecuencias inmediatas incluyen el retraso en el desarrollo motriz y mental, las consecuencias a largo plazo se asocian con deterioros del desempeño intelectual, de la capacidad de trabajo, con consecuencias en la capacidad reproductiva y en el estado de salud general durante la adolescencia y la edad adulta (COUNCIL Fundación, 2016).

La educación nutricional y la adquisición de hábitos alimentarios son parte de la cultura alimentaria que una persona adquiere a lo largo de su vida, una labor imprescindible y muy importante de los padres y los educadores,

que deben intentar conseguir aportar esos conocimientos a los niños a medida que vayan creciendo (Care, 2019).



**Gráfico N° 2:** El programa del 5 al día  
**Fuente:** (Kiss Health , 2017).

La nutrición saludable para niños es muy importante ya que de eso depende las defensas para crear anticuerpos, lo cual es indispensable para los humanos desde edades tempranas, y para esto se debe tener un equilibrio en la alimentación, ya que todos los alimentos sean frutas, verduras, hortalizas y proteínas son esenciales para una dieta balanceada y esta es la labor principal de los padres que son quienes deben incentivar a los niños para tener hábitos saludables en la alimentación.

### 2.2.2.6. Alimentación y aprendizaje

La función cognitiva comprende todos aquellos procesos relacionados con el pensamiento, entre los cuales se incluyen la memoria, el razonamiento, el desarrollo del lenguaje, la resolución de problemas o la toma de decisiones,

durante los primeros años de vida, el desarrollo cognitivo va a determinar el aprendizaje y la capacidad de procesar mejor y entender todo lo que sucede en el entorno, es decir lo que el niño escucha, entiende y ve, y todo ello es clave en edades posteriores para lograr un mejor rendimiento escolar y un mayor éxito en la vida adulta (Fundación Española de nutrición, 2016).

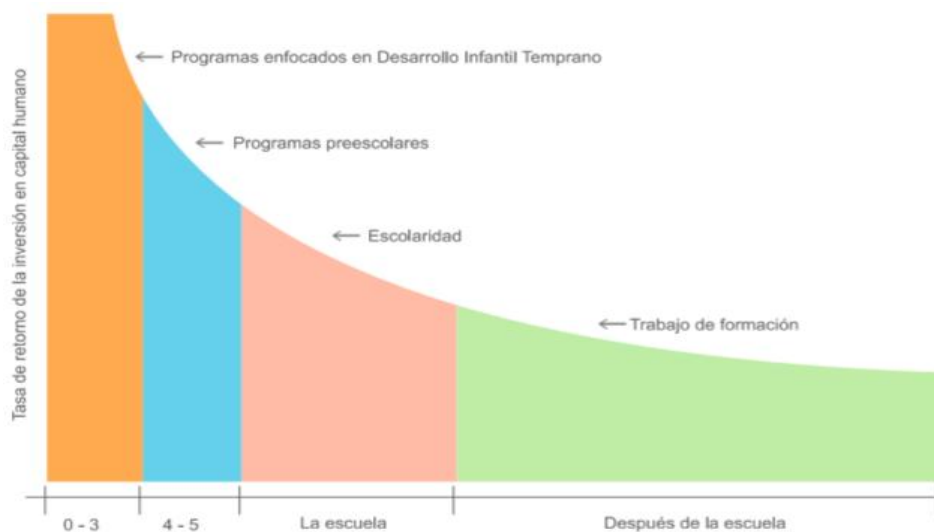
El derecho a la alimentación adecuada se ejerce cuando todo hombre, mujer o niño, ya sea sólo o en común con otros, tiene acceso físico y económico, en todo momento, a la alimentación adecuada o a medios para obtenerla, el derecho a la alimentación adecuada no debe interpretarse, por consiguiente, en forma estrecha o restrictiva asimilándolo a un conjunto de calorías, proteínas y otros elementos nutritivos concretos; la alimentación adecuada tendrá que alcanzarse progresivamente, los Estados tienen la obligación básica de adoptar las medidas necesarias para mitigar y aliviar el hambre, incluso en caso de desastre natural o de otra índole (Vásquez, 2012).

La alimentación y el aprendizaje van de la mano y deben tener un equilibrio perfecto, ya que si los niños no están alimentados correctamente tienen menos oportunidad de absorber correctamente los conocimientos, no pueden tener una buena capacidad para memorizar, razonar y procesar información en su cerebro, y para esto se ha creado programas dedicados exclusivamente para etapas escolares siendo un aporte de gran valor para la sociedad.

#### **2.2.2.7. Centros de Desarrollo Integral C.D.I.**

Un CDI – Centro de Desarrollo Infantil es una institución que está adecuada para brindar una atención integral (salud, nutrición, educación, pedagogía, procesos psicosociales y familiares, ambientes educativos y protectores) a los niños y niñas de la primera infancia dentro del marco de la política de cero a siempre de la educación inicial, se caracterizan por ser espacios apropiados, proporcionales, seguros y agradables, ideales para un aprendizaje infantil significativo, una alimentación adecuada y la diversión de los pequeños (Michelsen, 2016).

La política de Desarrollo Infantil Integral apunta, por tanto, a que el conjunto de la familia, la sociedad y el Estado configuren un sistema de protección y Desarrollo Infantil Integral de excelencia, donde los servicios públicos y privados puedan alcanzar altos estándares de calidad y eficiencia, estableciendo los respectivos nexos para la transferencia de esta población infantil a los establecimientos de educación inicial del Ministerio de Educación (Masterov, 2012).



**Gráfico N° 3** Tasa de retorno de la inversión en capital humano  
**Fuente:** (Masterov, 2012).

Hoy en día los Centros de Desarrollo Infantil tienen más apoyo por parte del gobierno, ya que los niños son la prioridad, se tiene la creencia de que son el futuro de las naciones y es totalmente correcto ya que son en quienes está el futuro del país, por ese motivo se busca optimizar los recursos y distribuirlos para la alimentación y el desarrollo infantil creando un mayor número de C.D.I. por sitios rurales y urbanos, dando una igualdad para todos los menores.

### 2.3. Hipótesis de estudio

**Hipótesis:** Las estrategias lúdicas inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.

**VI:** Estrategias lúdicas

**VD.** programa 5 al día

**Conexión:** inciden

## CAPÍTULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### **3.1. Enfoque investigativo**

Para el estudio se utilizó un enfoque cualitativo y cuantitativo; el primero se realizó porque es de carácter más textual, expresa las cualidades de las variables y conceptúa a fin de que se entienda su funcionamiento y relación; en este caso se estudió los detalles sobre las estrategias lúdicas para el programa 5 al día en los C.D.I.; de la misma manera se utilizó el enfoque cuantitativo, ya que fue necesario detallar estadísticamente los resultados aplicados en el campo, así como comprobar la hipótesis de investigación; según Hernández, Fernández, & Baptista (2006) expresa sobre estos enfoques:

El enfoque cualitativo, a veces referido como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica, es una especie de “paraguas” en el cual se incluye una variedad de concepciones, visiones, técnicas y estudios no cuantitativos. Enfoque cuantitativo Usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández, Fernández, & Baptista, 2006).

#### **3.2. Modalidades de investigación**

Como modalidades básicas de investigación empleados en el estudio, se tiene:

- **Bibliográfica o documental**

Esta modalidad fue empleada en la investigación porque es descriptiva, utiliza la teoría con referencias en autores que anteceden el estudio, de los cuales se extraen las ideas principales para completar o respaldar las aseveraciones dictadas por la autora; de esta manera se fundamenta en autores de libros, revistas científicas, artículos científicos y demás



documentos que reposan en bibliotecas y el internet, utilizando bibliografía actualizada.

Para Hernández, Fernández, & Baptista (2006) la modalidad bibliográfica o documental “Consiste en detectar, consultar y obtener la bibliografía y otros materiales útiles para los propósitos del estudio, de los cuales se extrae y recopila información relevante y necesaria para el problema de investigación”; por lo tanto, a lo largo de la investigación se realizan descripciones de las estrategias lúdicas y el programa 5 al día.

- **De campo**

Se utilizó la investigación de campo, porque fue necesario tener contacto con los Centros de Desarrollo Integral de los infantes; para ello se trabajó con entrevistas para los encargados de los C.D.I., a fin de obtener respuestas claras y precisas sobre las estrategias lúdicas y los programas 5 al día; según el autor, el estudio de campo es importante porque:

(...) se presenta mediante la manipulación de una variable externa no comprobada, en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o porque causas se produce una situación o acontecimiento particular. Podríamos definirla diciendo que es el proceso que, utilizando el método científico, permite obtener nuevos conocimientos en el campo de la realidad social (Graterol, 2016).

### **3.3. Nivel o tipo de investigación**

- **Descriptivo**

Se aplicó el tipo de investigación descriptivo, ya que este estudio permite detallar conceptualmente las bases de las estrategias lúdicas y los programas 5 al día; estas descripciones, contribuyeron a formar el marco teórico expuesto, y de los cuales se obtiene las nociones básicas de cómo se comportan dichas variables.

(...) se trata de describir las características más importantes de un determinado objeto de estudio con respecto a su aparición y comportamiento, o simplemente el investigador buscará describir las maneras o formas en que éste se parece o diferencia de él mismo en otra situación o contexto dado (UNAM, 2017, pág. 17).

- **Exploratorio**

Por otra parte, la investigación exploratoria se utilizó porque es un estudio con novedad científica, por lo que no existe referencias de las estrategias lúdicas y los programas 5 al día; no pudiendo evidenciar sustentos históricos; por ello, el presente estudio contribuye con el aporte científico, que servirá para futuras investigaciones.

En la investigación de carácter exploratorio el investigador intenta, en una primera aproximación, detectar variables, relaciones y condiciones en las que se da el fenómeno en el que está interesado. En otros términos, trata de encontrar indicadores que puedan servir para definir con mayor certeza un fenómeno o evento, desconocido o poco estudiado. Esta clase de investigación, que se lleva a cabo en relación con objetos de estudio para los cuales se cuenta con muy poca o nula información, no puede aportar, desde luego, conclusiones definitivas ni generalizables, pero sí permite definir más concretamente el problema de investigación (UNAM, 2017).

- **Correlacional**

Finalmente, se realizó una correlación de las variables en la investigación; en este sentido se aplicó la t de student para comprobar la hipótesis, de esa manera se correlaciona las variables.

Este tipo de investigación está indicada para determinar el grado de relación y semejanza que pueda existir entre dos o más variables, es decir, entre características o conceptos de un fenómeno. Ella no pretende establecer una explicación completa de la causa – efecto de lo ocurrido, solo aporta indicios sobre las posibles causas de un acontecimiento (Centro Universitario Interamericano, 2019).

### **3.4. Población y Muestra**

La población es el universo a estudiar, del cual se extrae información importante que ayude o contribuya a resolver el problema y generar propuestas válidas; en este sentido para el estudio se tiene como población

el CDI de la parroquia Huachi Chico de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua; y en dicho centro se entrevista a tres de los profesionales encargados de dicho centro.

N=3

En este sentido no existe muestra, ya que la muestra se extrae cuando la población es finita y su número es complicado de manejar; por lo tanto, con tan solo tres profesionales que están a cargo del centro, se trabaja con toda la población y no se extrae la muestra, siendo este método denominado como población no probabilística o por conveniencia.

### 3.5. Operacionalización de variables

**Variable independiente:** Estrategias lúdicas

**Tabla N° 3:** Variable Independiente de las estrategias lúdicas

Conceptualización	Dimensión	Indicadores	Ítems básicos	Técnicas e instrumentos
<p>Son <b>estrategias</b> diseñadas para crear un <b>ambiente</b> de armonía en los estudiantes que están inmersos en el proceso de aprendizaje; este método busca que los alumnos se apropien de los temas impartidos por los docentes utilizando el juego.</p>	Estrategias	<p>Planificación / Planes</p> <p>Cronograma de actividades</p>	<p>¿En su planificación diaria, están incluidas actividades dirigidas a promover buenos hábitos alimenticios?</p> <p>¿Estaría interesada en conocer estrategias o actividades para la aplicación del programa 5 al día en su C.D.I.?</p>	<p><b>Técnica:</b></p> <p>Entrevista</p> <p><b>Instrumento:</b></p> <p>Guía de entrevista</p>
	Ambiente	<p>Calendario de alimentación</p> <p>Manual de dietas para el programa cinco al día</p>	<p>¿Ha notado UD., los niños al ingerir alimentos como frutas y hortalizas, tienen una aceptación favorable?</p> <p>¿Cree UD. que si a los niños desde una temprana edad a su dieta diaria se les</p>	

			<p>incluye frutas y hortalizas ellos a futuro tendrán mejores hábitos alimenticios?</p> <p>¿Le gustaría a UD. recibir información acerca del programa 5 al día y sus beneficios?</p>	
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

**Elaborado por:** El investigador

**Variable dependiente:** Programa cinco al día

**Tabla N° 4:** Variable dependiente Programas de cinco al día

Conceptualización	Dimensión	Indicadores	Ítems básicos	Técnicas e instrumentos
5 al día es un movimiento internacional cuyo principal objetivo es promocionar el <b>consumo de frutas y verduras</b> frescas en el mundo. Está presente en más de 40 países de los 5 continentes, es la mayor estrategia de promoción del consumo de frutas y hortalizas en el mundo, cuyas actividades han obtenido resultados contrastados en la modificación de los hábitos alimenticios de los consumidores.	Consumo de frutas y verduras  Hábitos alimenticios	Resultados evaluación nutricional  Tallas y peso de los niños  Resultados evaluación hábitos alimenticios  Notas / calificaciones de los estudiantes	¿Conoce UD. el programa 5 al día?  ¿Cree UD. que es importante las 5 comidas diarias en los niños?  ¿En su C.D.I. promueven el desarrollo de buenos hábitos alimenticios?  ¿Utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes?  ¿Cree UD. que una buena alimentación influye en el aprendizaje dentro del aula?	<b>Técnica:</b>  Entrevista  <b>Instrumento:</b>  Guía de entrevista

**Elaborado por:** El investigador

### 3.6. Recolección de la información

Para la recolección de la información se utilizó la técnica de la entrevista, con el instrumento de un cuestionario estructurado, dirigido a los docentes del Centro de Desarrollo Infantil (CDI), con preguntas cerradas, que presentan la facilidad de análisis de la información

**Técnica: Entrevista:** Con la técnica para la recolección de la información se hace uso de la entrevista, por lo cual los colaboradores responden de forma escrita a las preguntas formuladas por las cuales se quiere llegar a obtener la información en estudio.

**Instrumento; Cuestionario:** Como instrumento para recabar la información se hace uso del cuestionario aplicado los docentes del centro de Desarrollo Infantil (CDI), fabricando con preguntas objetivas para su análisis, con la finalidad de obtener la información veraz y adecuada.

**Tabla N° 5:** Plan de procesamiento de la información

Preguntas	Explicación
1.- ¿Para qué?	Para cumplir con los objetivos de la investigación
2.- ¿A qué personas o sujetos?	Al personal administrativo docente del Centro de Desarrollo Infantil (CDI)
3.- ¿Sobre qué aspectos?	Las estrategias lúdicas inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.
4.- ¿Quién?	El investigador (a)
5.- ¿Cuándo?	Segundo semestre del 2018
6.- ¿Lugar de recolección de la información?	En el Centro de Desarrollo Infantil (CDI)
7.- ¿Cuántas veces?	1
8.- ¿Qué técnica de recolección?	Entrevista
9.- ¿Con qué?	Cuestionario de preguntas
10.- ¿En qué situación?	En horario de trabajo

**Elaborado por:** El investigador

### 3.7. Procesamiento de la información

- Se procesa la investigación de forma estadístico de los datos obtenidos en campo, para luego dicha información sea procesada.

- Crítica y digitación de la información obtenida en campo en los programas estadísticos para la representación de resultados
- Análisis de dichos resultados estadísticos, destacando tendencias relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e interrogantes referentes a las variables del presente proyecto de investigación.
- Se realizará la discusión de los resultados obtenidos con énfasis a los antecedentes investigativos que se han hecho referente al tema en estudio.
- Se realiza la viabilidad de la investigación con la comprobación de la hipótesis planteada.



## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Análisis e interpretación de resultados

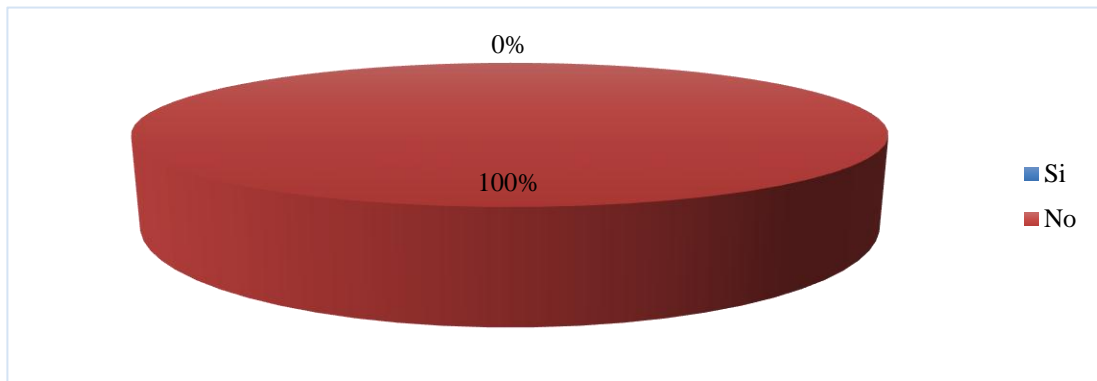
##### 1. ¿Conoce UD. el programa 5 al día?

**Tabla N° 6:** El programa del 5 al día

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	3	100%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 4:** El programa del 5 al día

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

#### Análisis

En el gráfico anterior se observa que el 100% hace referencia a que no conocen el programa 5 al día.

#### Interpretación

La mayoría de docentes indica que no conocen del programa 5 al día lo cual es un programa educativo estructurado para la alimentación diaria de los niños de la primaria involucrando las frutas; hortalizas y verduras a su alimentación, y con ello conseguir la adaptación de dichos alimentos en los diferentes niveles de educación primaria, permitiendo ofrecer a los alumnos las claves de una buena alimentación.

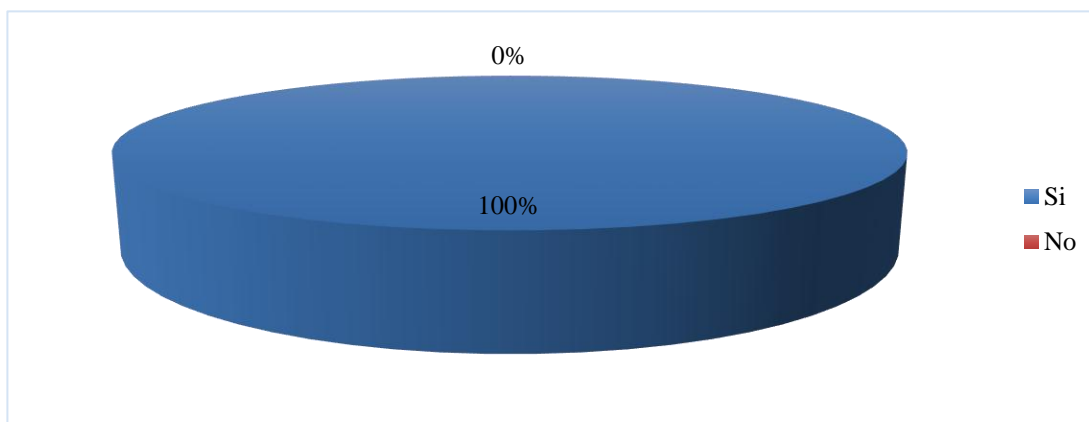
## 2. ¿En su C.D.I. promueven el desarrollo de buenos hábitos alimenticios?

**Tabla N° 7:** El desarrollo de buenos hábitos alimenticios

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 5:** El desarrollo de buenos hábitos alimenticios

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

### **Análisis**

Así mismo, el 100% indica que los Centros de Desarrollo Infantil (CDI) si promueven los buenos hábitos alimenticios en los estudiantes que agremian.

### **Interpretación**

Los CDI indican que promueven los hábitos alimenticios con la externalización de los alimentos que ayudará a fomentarle las comidas nutritivas aplicando el aseo antes de ingerir cualquier alimento en los estudiantes de la primaria del Centro de Desarrollo Infantil (CDI).

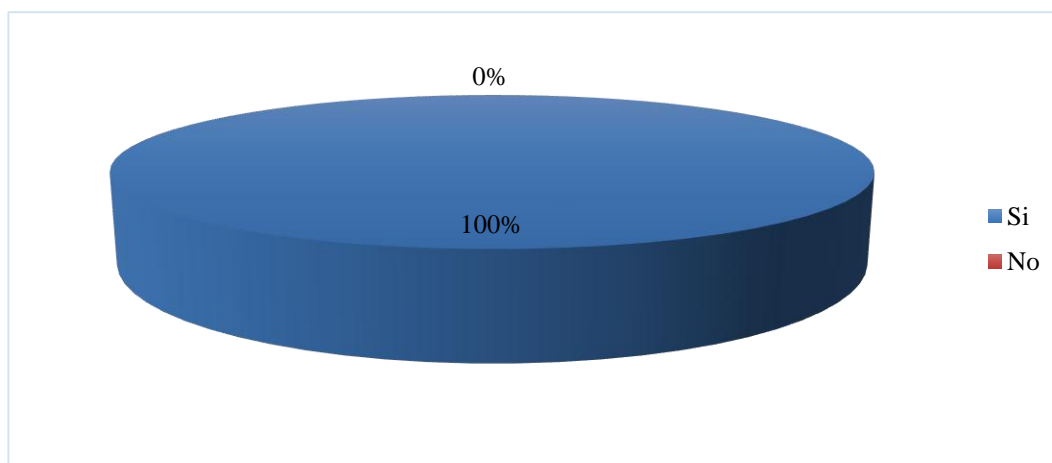
### 3. ¿Utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes?

**Tabla N° 8:** Las estrategias de la alimentación de infantes

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 6:** Las estrategias de la alimentación de infantes

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

#### **Análisis**

En otras de las interrogantes informan que si utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes con un grado porcentual del 100%.

#### **Interpretación**

Las estrategias de la alimentación de infantes como el aseo de las manos y la desinfección de las mismas ayudaran a la eliminación de enfermedades como también motivándoles a que se aplique dichas estrategias, con esto mantiene la buena practicas alimentaria garantizando la salud y bienes tras de los estudiantes del Centro de Desarrollo Infantil (CDI).

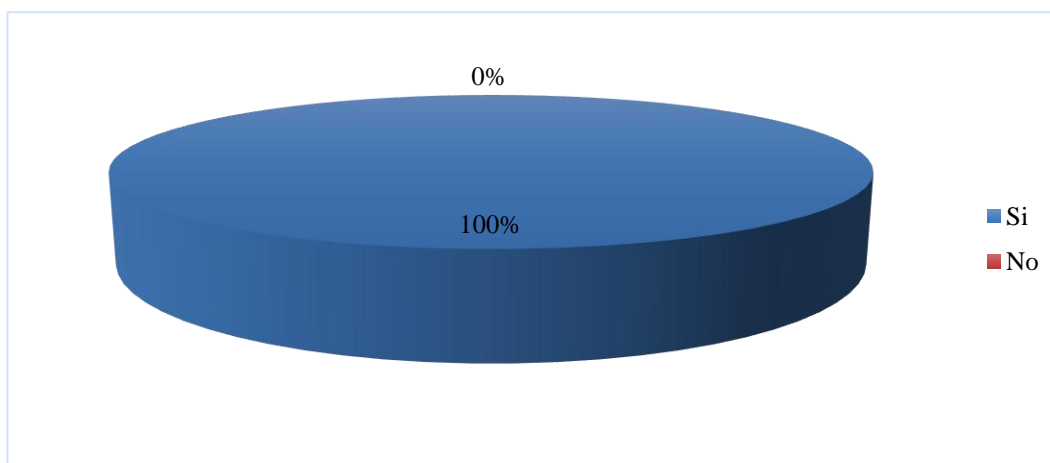
#### 4. ¿Cree UD. que es importante las 5 comidas diarias en los niños?

**Tabla N° 9:** La importancia de la alimentación diaria

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 7:** La importancia de la alimentación diaria

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

#### **Análisis**

El 100% revelan que si es importante que lo estudiantes reciban las 5 comidas diarias en el Centros de Desarrollo Infantil (CDI).

#### **Interpretación**

La importancia de una alimentación diaria en los estudiantes ayuda al fortalecimiento para el desarrollo de su personalidad; así mismo conllevara a combatir la desnutrición de los niños, porque según estadísticas del centro existen estudiantes con bajos recursos económicos.

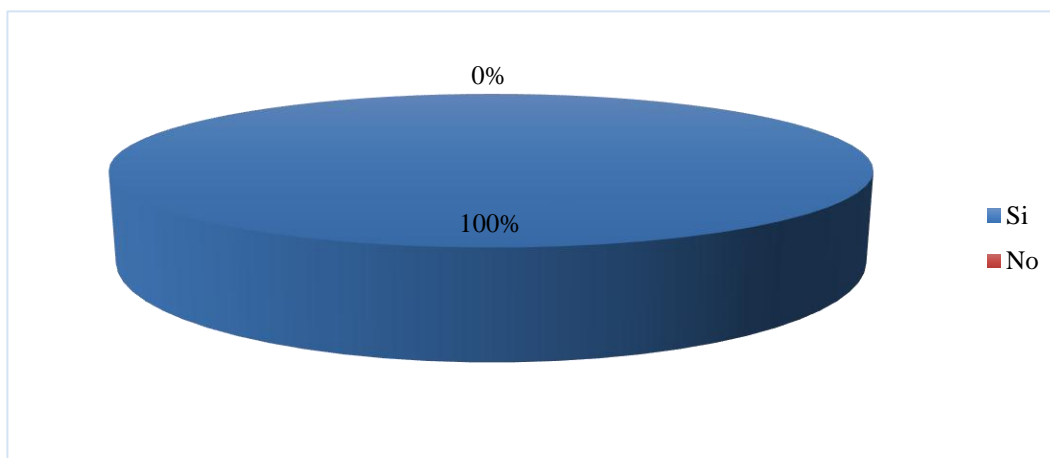
**5. ¿Cree UD. que una buena alimentación influye en el aprendizaje dentro del aula?**

**Tabla N° 10:** La alimentación influye en el aprendizaje

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 8:** La alimentación influye en el aprendizaje

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

**Análisis**

Así mismo, el 100% deduce que una buena alimentación si influye en el aprendizaje de los centros del aula de desarrollo infantil.

**Interpretación**

La alimentación es influyente del buen aprendizaje por ende los nutrientes, minerales, y proteínas que tienen las frutas y hortalizas ayudan a la actividad de la escolaridad acompañado del ejercicio cotidiano ayudara a generar un cuerpo y cerebro saludable.

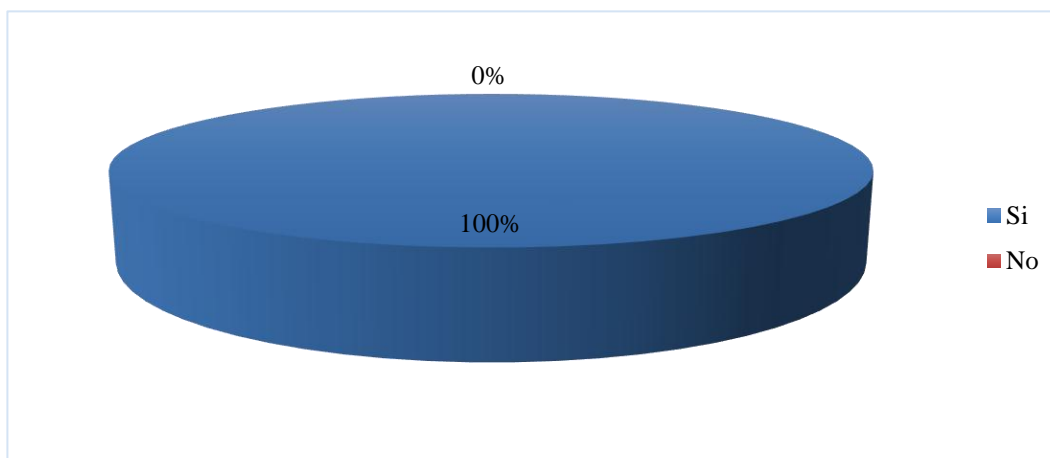
**6. ¿En su planificación diaria, están incluidas actividades dirigidas a promover buenos hábitos alimenticios?**

**Tabla N° 11:** Se planifica el buen hábito alimenticio

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 9:** Se planifica el buen hábito alimenticio

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

**Análisis**

En la gráfica anterior se observa que el 100% menciona que si es adecuado tener una planificación diaria que se encuentre influenciada en las actividades dirigidas a promover el buen hábito alimenticio

**Interpretación**

La aplicación diaria de la planificación de alimentación y actividades conlleva a una disciplina en los niños; la importancia de esto es que un alimento en un horario adecuado induce al niño a alimentarse adecuadamente; y eliminar a futuro enfermedades como la obesidad; por ingerir alimentos chatarra.

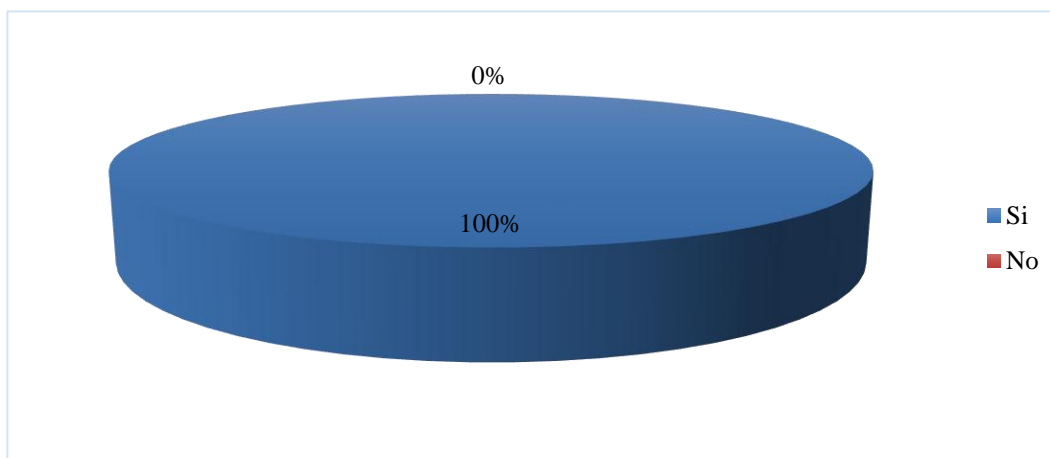
**7. ¿Ha notado UD., los niños al ingerir alimentos como frutas y hortalizas, tienen una aceptación favorable?**

**Tabla N° 12:** Aceptación del os niños a los alimentos que ingieren

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encueta



**Gráfico N° 10:** Aceptación del os niños a los alimentos que ingieren

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encueta

**Análisis**

El 100% indica que los niños si tienen una aceptación favorable al ingerir un alimento como frutas, hortalizas en el Centros de Desarrollo Infantil (CDI).

**Interpretación**

Es favorable admitir los alimentos como frutas, hortalizas, en los niños porque la nutrición y la salud se logra con la educación disciplinaria de alimentarse adecuadamente con el buen habito; conllevara a minimizar el riesgo de extraer enfermedades; esto se debe acompaños de una educación adecuada de que comer ya a qué hora.

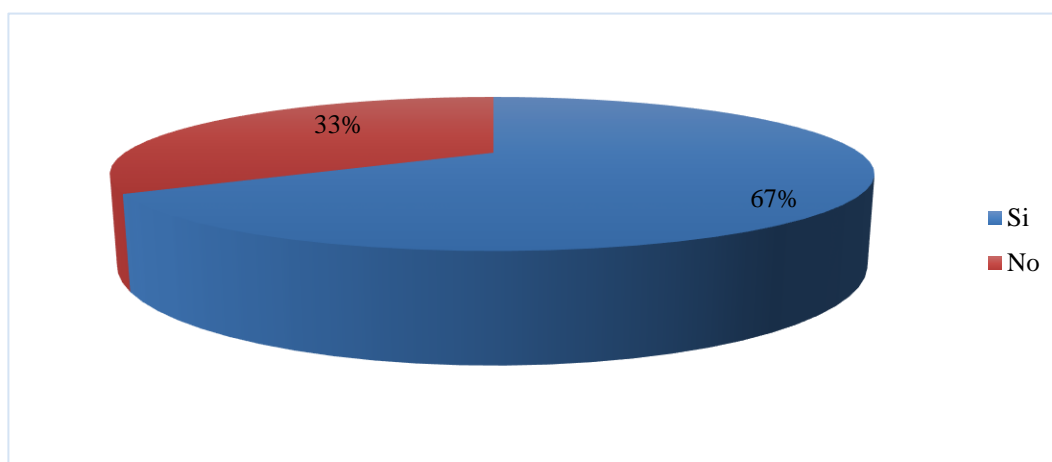
**8. ¿Cree UD. que si a los niños desde una temprana edad a su dieta diaria se le incluye frutas y hortalizas ellos a futuro tendrán mejores hábitos alimenticios?**

**Tabla N° 13:** Se debe incluir en su dieta diaria frutas y hortalizas

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	2	67%
No	1	33%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 11:** Se debe incluir en su dieta diaria frutas y hortalizas

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

### **Análisis**

El 67% indica que si a los niños desde una temprana edad se les incluye frutas y hortalizas a su dieta diaria ellos a futuro tendrán mejores hábitos alimenticios; mientras que el 33% considera que no será sí.

### **Interpretación**

Los mejores hábitos alimenticios se logran con una educación temprana por ende los niños deben consumir los nutrientes especiales que aporta este grupo de alimentos, para tener suficientes fundamentos a fin de intentar que ocupen un lugar cada vez más importante en la mesa de la escolaridad.



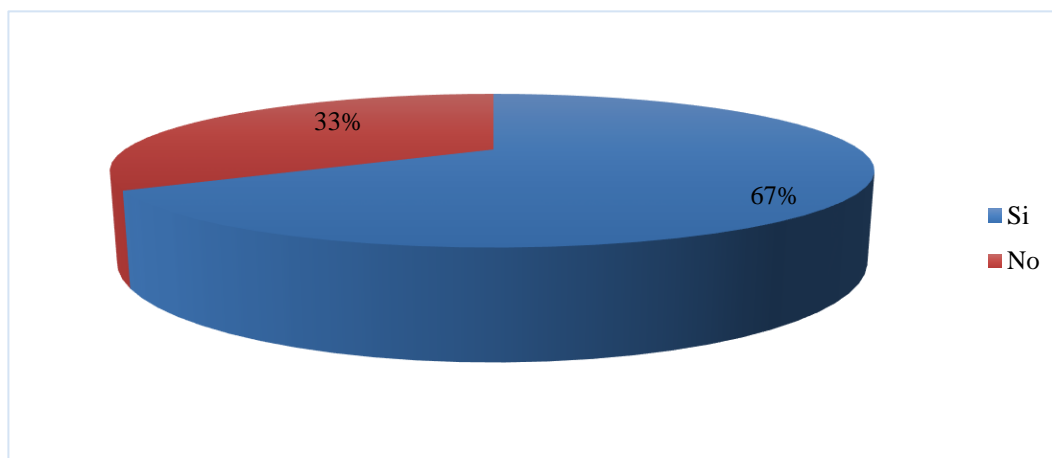
## 9. ¿Le gustaría a UD. recibir información acerca del programa 5 al día y sus beneficios?

**Tabla N° 14:** Se recibe información del programa 5 al día

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	2	67%
No	1	33%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 12:** Se recibe información del programa 5 al día

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

### **Análisis**

El 67% deduce que si le gustaría recibir información acerca del programa 5 al día y sus beneficios; mientras que el 33% considera que no es necesario hacerlo.

### **Interpretación**

La falta de capacitación en programas 5 al día por parte de la administración del C.D.I., conlleva al desconocimiento de la nutrición adecuada a ejecutarse en los estudiantes evaluando la calidad nutritiva e higiénica, por ende, el programa fomenta la alimentación con frutas y hortalizas aporta nutrientes para su buen estado de salud.

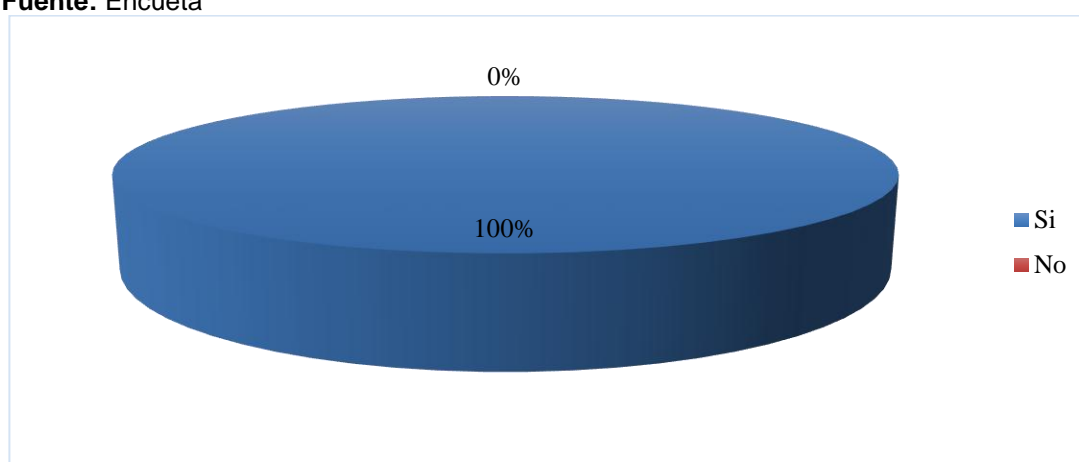
## 10. ¿Estaría interesada en conocer estrategias o actividades para la aplicación del programa 5 al día en su C.D.I.?

**Tabla N° 15:** Se interesa en conocer estrategias para la aplicación del programa

Ítem	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	100%
No	0	0%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta



**Gráfico N° 13:** se interesa en conocer estrategias para la aplicación del programa

**Elaborado por:** El investigador

**Fuente:** Encuesta

### **Análisis**

El 100% deduce que si estaría interesada en conocer estrategias o actividades para la aplicación del programa 5 al día en su Centros de Desarrollo Infantil (CDI).

### **Interpretación**

Es importante que el C.D.I. incorpore actividades en aplicación del programa 5 al día para fomentar la adecuada alimentación en los niños, por ende esta estrategia se destaca ante los profesionales de salud y los beneficiarios del sistema, la magnitud de la actual epidemia de obesidad y sus enormes costos en términos de recursos y calidad de vida.

## 4.2. Discusión

El desconocimiento del programa 5 al día; fomenta los inadecuados objetivos del programa es promover el consumo de verduras y frutas a nivel nacional en cinco o más porciones por día, a fin de contribuir a prevenir la incidencia de cáncer y otras enfermedades crónicas asociadas con la alimentación (Zacarías, Pizarro, Rodríguez, González, & Domper, 2015).

Además, las estrategias para la buena alimentación de los infantes se realizan diversas acciones, entre las que se destacan campañas publicitarias y actividades específicas en escuelas o supermercados para lograr que todos conozcan y asuma la importancia de consumir diariamente cinco o más porciones de frutas y verduras (Stables & Heimendinger, 1999).

En el Centros de Desarrollo Infantil (CDI) es importante incorporar 5 comidas diarias o más porciones de estos alimentos en su alimentación habitúa en los estudiantes para el desarrollo intelectual en crecimiento mediante el programa de 5 al día dicho programa que persigue el cambio de hábitos de consumo de frutas y hortalizas, muy escaso en la actualidad, de los niños a lo largo de su formación escolar en los ciclos de la educación infantil y primaria, se enmarca en los conceptos de los hábitos saludables de vida y, en concreto, en el marco de lo que se considera una alimentación sana y equilibrada (Estrada, 2015).

Al tener una planificación diaria que se encuentre influenciada en la alimentación dirigida a promover el buen hábito alimenticio en donde proveen en estos alimentos está asociada con un mayor riesgo de padecer enfermedades. La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) recomiendan en un informe conjunto una dieta baja en grasas y azúcar y rica en frutas y hortalizas, así como un modo de vida activo, como principales medidas para prevenir las enfermedades crónicas más comunes:

obesidad, diabetes tipo II, enfermedades cardiovasculares y cáncer (García A. M., 2016).

La Asociación “5 al día” forma parte de un movimiento internacional para la promoción del consumo de frutas y verduras frescas en el mundo que está presente en más de 40 países. En España, “5 al día” plantea tres líneas básicas de actuación destinadas a informar, formar y comunicar para mejorar la calidad de la nutrición de los ciudadanos. En este sentido, el presidente de “5 al día”, Joaquín Rey, explicó que “el Ministerio de Agricultura y Pesca ha publicado recientemente un informe según el cual el consumo de frutas frescas ha aumentado de diciembre de 2017 a diciembre de 2018 un 3.5%, aunque otros datos no son tan optimistas” (Muñoz & Bravo, 2018).

En el Ecuador existe el programa de Alimentación Escolar (PAE) que mediante Decreto Ejecutivo Nro. 1120, de 18 de julio de 2016, fue transferido al Ministerio de Educación (MINEDUC). Sin embargo, dicho programa hace un análisis al aporte de proteína está presente en la leche de origen animal, un alimento altamente biodisponible para el cuerpo humano, que contiene una mayor cantidad de aminoácidos esenciales que son absorbidos por el organismo en un 75%; en comparación con la proteína de origen vegetal, presente en cereales y frutas, que se absorbe entre 40% y 50% (Ministerio de Educación Ecuador , 2016).

#### **4.3. Comprobación de hipótesis**

El estadígrafo t de student es una prueba estadística para evaluar hipótesis con muestras significativas, por ende, se determina la t de student en base de grados de libertad con la siguiente formula expresada a continuación:

$$t = \frac{p1 - p2}{\sqrt{(\rho * \varphi) \left( \frac{1}{n1} + \frac{1}{n2} \right)}}$$

**Dónde:**

- **t** = estimador “t”
- **p1** = Probabilidad de aciertos de la VI
- **p2** = Probabilidad de aciertos de la VD
- **p̂** = Probabilidad de éxito conjunta
- **φ** = Probabilidad de fracaso conjunta (1- p)
- **n1** = Número de casos de la VI
- **n2** = Número de casos de la VD

**4.3.1. T Student de dos colas**

Se acepta la hipótesis alternativa si, t calculada (tc) está entre ±2,1318 con un ensayo bilateral.

**4.3.2. Selección de significancia**

La presente investigación, trabaja a dos colas con un nivel de confianza del 95% es decir del ±2,1318 de la tabla en T con un error del 5% que equivale a 0,05.

**4.3.3. Grados de Libertad**

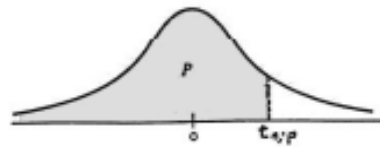
Dentro de la determinación de los grados de libertad se utiliza la siguiente fórmula:

$$gl = n1+n2 - 2$$

$$gl = 3+3-2 = 4$$

Donde  $n_1$  y  $n_2$  es la población de estudio 3

### Distribución *t* de Student



La tabla A.4 da distintos valores de la función de distribución en relación con el número de grados de libertad; concretamente, relaciona los valores  $p$  y  $t_{n,p}$  que satisfacen

$$P(t_n \leq t_{n,p}) = p.$$

$n$	$t_{0,55}$	$t_{0,60}$	$t_{0,70}$	$t_{0,80}$	$t_{0,90}$	$t_{0,95}$	$t_{0,975}$	$t_{0,99}$	$t_{0,995}$
1	0,1584	0,3249	0,7265	1,3764	3,0777	6,3138	12,7062	31,8205	63,6567
2	0,1421	0,2887	0,6172	1,0607	1,8856	2,9200	4,3027	6,9646	9,9248
3	0,1366	0,2767	0,5844	0,9785	1,6377	2,3534	3,1824	4,5407	5,8409
4	0,1338	0,2707	0,5686	0,9410	1,5332	2,1318	2,7764	3,7469	4,6041
5	0,1322	0,2672	0,5594	0,9195	1,4759	2,0150	2,5706	3,3649	4,0321
6	0,1311	0,2646	0,5534	0,9057	1,4398	1,9432	2,4409	3,1427	3,7074
7	0,1303	0,2632	0,5491	0,8960	1,4149	1,8946	2,3646	2,9980	3,4995
8	0,1297	0,2619	0,5459	0,8889	1,3968	1,8595	2,3060	2,8965	3,3554
9	0,1293	0,2610	0,5435	0,8834	1,3830	1,8331	2,2622	2,8214	3,2498
10	0,1289	0,2602	0,5415	0,8791	1,3722	1,8125	2,2281	2,7638	3,1693
11	0,1286	0,2596	0,5399	0,8755	1,3634	1,7959	2,2010	2,7181	3,1058
12	0,1283	0,2590	0,5386	0,8726	1,3562	1,7823	2,1788	2,6810	3,0545
13	0,1281	0,2586	0,5375	0,8702	1,3502	1,7709	2,1604	2,6503	3,0123
14	0,1280	0,2582	0,5366	0,8681	1,3450	1,7613	2,1448	2,6245	2,9768
15	0,1278	0,2579	0,5357	0,8662	1,3406	1,7531	2,1314	2,6025	2,9467
16	0,1277	0,2576	0,5350	0,8647	1,3368	1,7459	2,1199	2,5835	2,9208
17	0,1276	0,2573	0,5344	0,8633	1,3334	1,7396	2,1098	2,5669	2,8982
18	0,1274	0,2571	0,5338	0,8620	1,3304	1,7341	2,1009	2,5524	2,8784
19	0,1274	0,2569	0,5333	0,8610	1,3277	1,7291	2,0930	2,5395	2,8609
20	0,1273	0,2567	0,5329	0,8600	1,3253	1,7247	2,0860	2,5280	2,8453
21	0,1272	0,2566	0,5325	0,8591	1,3232	1,7207	2,0796	2,5176	2,8314
22	0,1271	0,2564	0,5321	0,8583	1,3212	1,7171	2,0739	2,5083	2,8188
23	0,1271	0,2563	0,5317	0,8575	1,3195	1,7139	2,0687	2,4999	2,8073
24	0,1270	0,2562	0,5314	0,8569	1,3178	1,7109	2,0639	2,4922	2,7969
25	0,1269	0,2561	0,5312	0,8562	1,3163	1,7081	2,0595	2,4851	2,7874
26	0,1269	0,2560	0,5309	0,8557	1,3150	1,7056	2,0555	2,4786	2,7787
27	0,1268	0,2559	0,5306	0,8551	1,3137	1,7033	2,0518	2,4727	2,7707
28	0,1268	0,2558	0,5304	0,8546	1,3125	1,7011	2,0484	2,4671	2,7633
29	0,1268	0,2557	0,5302	0,8542	1,3114	1,6991	2,0452	2,4620	2,7564
30	0,1267	0,2556	0,5300	0,8538	1,3104	1,6973	2,0423	2,4573	2,7500
40	0,1265	0,2550	0,5286	0,8507	1,3031	1,6839	2,0211	2,4233	2,7045
50	0,1263	0,2547	0,5278	0,8489	1,2987	1,6759	2,0086	2,4033	2,6778
60	0,1262	0,2545	0,5272	0,8477	1,2958	1,6706	2,0003	2,3901	2,6603
80	0,1261	0,2542	0,5265	0,8461	1,2922	1,6641	1,9901	2,3739	2,6387
100	0,1260	0,2540	0,5261	0,8452	1,2901	1,6602	1,9840	2,3642	2,6259
120	0,1259	0,2539	0,5258	0,8446	1,2886	1,6577	1,9799	2,3578	2,6174
$\infty$	0,126	0,253	0,524	0,842	1,282	1,645	1,960	2,327	2,576

Gráfico N° 14: Distribución de la *t* de student

Elaborado por: El investigador

Por lo antes expuesto se considera que la t de Student tabulada es igual a +/- 2,1318 que se obtiene en base al nivel de significancia (0,95) o error del 0,05 y los grados de libertad (4).

#### 4.3.4. Preguntas seleccionadas para la verificación de la hipótesis

##### Preguntas de la variable Independiente

1. ¿Conoce UD. el programa 5 al día?
  
9. ¿Cree UD. que si a los niños desde una temprana edad a su dieta diaria se le incluye frutas y hortalizas ellos a futuro tendrán mejores hábitos alimenticios?

##### Preguntas de la variable Dependiente

3. ¿Utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes?
  
6. ¿En su planificación diaria, están incluidas actividades dirigidas a promover buenos hábitos alimenticios?

#### 4.3.5. Distribución estadística

**Tabla N° 16:** Distribución estadística

VARIABLE INDEPENDIENTE	RESPUESTAS	
	SI	NO
1. ¿Conoce UD. el programa 5 al día?	0	3
9. ¿Le gustaría a UD. recibir información acerca del programa 5 al día y sus beneficios?	2	1
Total de respuestas	2	4
VARIABLE DEPENDIENTE		
3. ¿Utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes?	3	0
6. ¿En su planificación diaria, están incluidas actividades dirigidas a promover buenos hábitos alimenticios?	3	0
Total de respuestas	6	0
Respuesta de student	<b>t =</b>	<b>12</b>

**Elaborado por:** El investigador



#### 4.3.6. Cálculo estadístico

Para la comprobación de la hipótesis se realiza los cálculos respectivos a partir de las fórmulas, las cuales permiten comprobar la aceptación o rechazo de la hipótesis.

$$p_1 = 2/6 = 0,333$$

$$p_2 = 6/6 = 1$$

$$\hat{p} = \frac{2+6}{12} = 0,666$$

$$\varphi = (1 - \hat{p}) = (1 - 0,666) = 0,333$$

$$n_1 = 6$$

$$n_2 = 6$$

Luego de haber realizado los cálculos estadísticos requeridos para reemplazar en la fórmula, se procede a obtener la t de student para ello se reemplaza la fórmula:

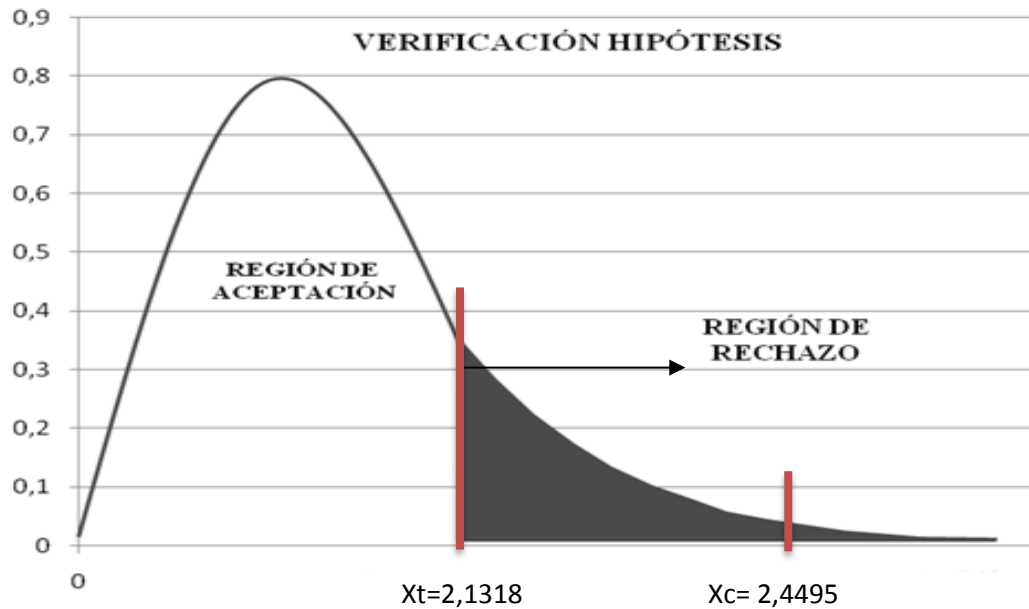
$$t = \frac{p_1 - p_2}{\sqrt{(\hat{p} * \varphi) \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

$$t = \frac{0,333 - 1}{\sqrt{(0,666 * 0,333) \left( \frac{1}{6} + \frac{1}{6} \right)}}$$

$$t = \pm 2,4495$$

Si la  $t$  de student calculada 2,4495 es mayor que la  $t$  student tabla 2,1318 se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alternativa ( $H_1$ ) con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

#### 4.3.7. Verificación de la hipótesis



**Gráfico N° 15:** Verificación de hipótesis  
**Elaborado por:** El investigador

#### 4.3.8. Regla de decisión

Si  $t_c$  es  $\geq t_t$ ; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. En donde cumple la condición debido a que:  $2,4495 > 2,1318$ .

#### 4.3.9. Conclusión de la verificación de la hipótesis

Como se puede observar en el gráfico anterior, la prueba de hipótesis en  $t$  student se ha determinado que si cumple con la condición  $t_c$  es  $> t_t$ , por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, es decir que: Las estrategias lúdicas inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

Se identificó que no existe o no aplican estrategias lúdicas para el desarrollo del proyecto, esto se lo verificó en el levantamiento de información, encontrando que como estrategias utilizan el correcto uso del lenguaje para explicar la importancia de la higiene previo la alimentación, así como la explicación de la importancia de comer rico y sano; además de comprobar que realizan cuatro ingestas al día, pero no existen estrategias de por medio que ayuden o incentiven el programa de alimentación cinco al día propuesto por la OMS.

También se evaluó el nivel de conocimiento sobre el programa 5 al día que tienen las educadoras en los C.D.I., cuyo resultado es que existe un total desconocimiento, pues todas contestaron que desconocen sobre el programa cinco al día; además que en la mayoría de cuestionamientos realizado indican que es muy importante la buena alimentación ya que esta permite un mejor desarrollo del aprendizaje, así como de su crecimiento y salud.

Para relacionar las estrategias lúdicas con el programa 5 al día en los C.D.I., se aplicó una investigación correlacional y con ello se comprobó la hipótesis para medir la relación de las variables, lo cual a través de la t de student se descubrió que las estrategias lúdicas si inciden en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I., concluyendo así el estudio.

## **5.2. Recomendaciones**

Se recomienda que se apliquen estrategias lúdicas para el desarrollo del proyecto cinco al día, además de que sigan promoviendo la ingesta adecuada de alimentos, así como, la importancia de la higiene previo la alimentación de frutas y verduras; también se recomienda que incrementen de cuatro ingestas al día a las cinco ingestas que propone el programa cinco al día, incentivando así el programa de alimentación propuesto por la OMS.

Estudiar más sobre el programa 5 al día, con ello abarcar aquel desconocimiento evidenciado que tienen las educadoras en los C.D.I.; aplicar el programa cinco al día llevando una planificación adecuada, además de evaluar previamente para así conocer el antes y el después.

Aplicar estrategias lúdicas con el programa 5 al día en los C.D.I., ya que el estudio muestra que, si serian de aporte, y por ende se incentiva la adecuada alimentación, creando buenos hábitos alimenticios, que incidirán en el aprendizaje de los niños, así como de su desarrollo corporal e intelectual.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### Bibliografía

- Allue, J. (2007). El gran Libro de los juegos. Barcelona - España: Grupo editorial norma de Latinoamérica .
- Bruzzo, M. (2007). Escuela para educadores. Jucubovich- Buenos Aires: Circulo Latino Austrial.
- Díaz, F. (2006). Enseñanza situada: vínculo entre la escuela y la vida. México: Mc Graw Hill.
- Encuentro de Jóvenes Investigadores, d. I. (2016). El juego como medio para la concientización de alumnos sobre alimentación saludable. Ciudad de Santa Fe: Universidad del Litoral.
- González, K., & Otero, L. (2015). comprensión lectora, memoria de trabajo, fluidez y vocabulario en escolares cubanos.
- Graterol, R. (2016). Metodología de la investigación. Mérida, Venezuela: Universidad de los Andes.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2006). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.
- Jiménez, M. (2004). Jugar: la forma más divertida de educar. España: Ediciones Palabra. S.A.
- Jiménez, M. (2009). Expresión y comunicación. España: Editorial Editex.
- Kitsantas, A. (2011). La práctica educativa nella Societa dell informazione: L'innovazione attraverso. Marfil: Elsevier. Consultado el 26 de octubre de 2017.
- Kloppe, S. (2002). Juegos para los más pequeños. Barcelona- España: Parramon Editoriales .
- Martos, E. (2007). Cuentos y leyendas tradicionales. En Teoría, textos y didáctica (pág. 23). España: Ediciones de la Universidad de Castilla.
- Masterov, H. a. (2012). Politica Pubica Dasarrollo Infantil Integral . Ecuador : MIES.

- Monreal, A. (2012). Qué es la creatividad. Madrid: Biblioteca nueva.
- Navarrete, M. (2012). Estimulación y Aprendizaje . En Escuela para educadores. Argentina: Landeira edición S.A.
- Ortega, R. (2011). Un marco conceptual para la interpretación psicológica del juego infantil. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Pinillos, J. L. (2017). Principios de psicología. Madrid: Alianza Universal.
- Porto, J. P. (2014). Estrategias de Aprendizaje. Obtenido de <https://definicion.de/teoria-del-aprendizaje/>
- Serrano, M. y. (2003). Música. En Volumen III (pág. 65). España: Editorial MAD S.A.
- Stables, G., & Heimendinger, J. (1999). Bethesda, MD:National Institute of Health, National Cancer Institute. Editors. 5 a day for Better Health Program Monograph. .
- Torres, M. (2014). Ecuador Lector . 2.
- Valencia, C. (2008). El gran libro de los juegos. Colombia: Cardix Internacional S.A .
- Viloria, J. (2014). Estrategias aplicadas por los docentes promotores del aprendizaje significativo de las matemáticas en educación media general. Venezuela: Tesis de Grado. .
- Woolfolk, A. (2016). Psicología Educativa. (Novena edición). Pearson Educación.

## Citas bibliográficas – Base de Datos UTA

**PROQUEST:** Acosta, m. D. (2012). “La alimentación y su incidencia en el aprendizaje de los niños de segundo y tercer año de educación básica de la escuela “Jorge Isaac Robayo” del cantón Baños provincia de Tungurahua”. Repositorio Universidad Técnica de Ambato, 15. Recuperado el 05 de 02 de 2020, de [https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2964/1/tebs\\_2012\\_452.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2964/1/tebs_2012_452.pdf)

**SPRINGER:** Chamba, I. M. (2016). “Estado nutricional y su relación en el desarrollo integral de los niños de 2 a 4 años de Cibv uta de la ciudad de Ambato”. Repositorio Universidad Técnica de Ambato, 23. Recuperado el 05 de 02 de 2020, de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/19757>

**EBRARY:** Lascano, c. A. (2013). "Estrategias lúdicas en el aprendizaje cognitivo de los niños/as de educación inicial dos de la unidad educativa andino centro escolar de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua". Repositorio Universidad Técnica de Ambato, 19. Recuperado el 05 de 02 de 2020, de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6931/1/fche-cep-542.pdf>

**E-book:** Mora, b. E. (2014). “Factores que influyen en el estado nutricional deficiente en el desarrollo y crecimiento en los niños de 6 meses a 5 años de edad de la guardería Dulces Sonrisas del Mercado América en el período junio-julio 2011”. Repositorio Universidad Técnica de Ambato, 29. Recuperado el 05 de 02 de 2020, de <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/7990>

**DIGITALIA:** Urgilez, o. P. (2012). “La alimentación y su incidencia en el aprendizaje de los niños del primer año de educación básica de la escuela fiscal mixta “Isidro Ayora”, del cantón Cuenca”. Repositorio de la Universidad

Técnica de Ambato, 9. Recuperado el 05 de 02 de 2020, de [https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2706/1/tebs\\_2012-488.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2706/1/tebs_2012-488.pdf)

## Linkografía

Alimentación y nutrición escolar. (2019). Organización de las naciones Unidas. Obtenido de FAO: <http://www.fao.org/school-food/es/>

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

Broc, M. (18 de diciembre de 2018). Mr. Broc. Obtenido de <https://mrbroc.com/blog/10-habitos-de-alimentacion-saludable-para-ninos-y-grandes/>

Buena Salud . (2010). Obtenido de <https://www.buenasalud.net/2012/09/15/la-piramide-alimenticia-explicada.html>

Burbano, L. (2015). Teorías de Aprendizaje. En Beyond constructivism (pág. 3). Obtenido de <http://hagar.up.ac.za/catts/learner/debbie/cadvant.htm>

Cabero, A. (2011). Reacción de un entorno personal para el aprendizaje: desarrollo de una experiencia. Universidad de Hualva . Obtenido de <http://edutec.es/revista/index.php/edutec-e/article/view/380/117>

Care, H. (2019). Salud y Bienestar . WebConsultas. Obtenido de <https://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/alimentacion-en-las-etapas-de-la-vida/nutricion-en-ninos-787>

Centro Universitario Interamericano. (2019). Investigación Correlacional. Colombia. Obtenido de



- [http://metodologiainter.weebly.com/uploads/1/9/2/6/19268119/investigacin\\_correlacional.pdf](http://metodologiainter.weebly.com/uploads/1/9/2/6/19268119/investigacin_correlacional.pdf)
- Correa, R. (2014). Ministerio de Salud Pública. Obtenido de [http://instituciones.msp.gob.ec/dps/santo\\_domingo/index.php?option=com\\_content&view=article&id=45&Itemid=17](http://instituciones.msp.gob.ec/dps/santo_domingo/index.php?option=com_content&view=article&id=45&Itemid=17)
- COUNCIL Fundación. (noviembre de 2016). International Food Information. Obtenido de <https://foodinsight.org/nutricion-salud-y-actividad-fisica-en-ninos-y-adolescentes-antecedentes/>
- día, F. 5. (noviembre de 2018). Frutas y Hortalizas Frescas 5 al día . Obtenido de <http://www.5aldia.org/contenidos.php?ro=931&sm=1077&ag=9508&co=5944&pg=1>
- El espectador . (11 de julio de 2014). Obtenido de <https://www.elespectador.com/noticias/salud/colores-frutas-y-verduras-nutrientes-y-beneficios-articulo-503804>
- EROSKI, F. (2019). EROSKI. Obtenido de [http://www.5aldia.org/datos/60/DOSSIER\\_5\\_AL\\_DIA\\_5452.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/DOSSIER_5_AL_DIA_5452.pdf)
- EROSKI, F. (2019). EROSKI. Obtenido de [http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender\\_a\\_comer\\_bien/infancia\\_y\\_adolescencia/2005/05/18/142060.php](http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/infancia_y_adolescencia/2005/05/18/142060.php)
- Estrada, J. (2015). Programa Educativo “5 al día” . [http://www.5aldia.org/datos/60/programa\\_educativo\\_5\\_al\\_dia\\_7320.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/programa_educativo_5_al_dia_7320.pdf).
- Flotts, P., Manzi, J., Jiménez, D., Abarzúa, A., Cayuman, C., & García, M. J. (2015). Logros de aprendizaje. Santiago : <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002435/243532S.pdf>.
- Fundacion Española de nutrición. (22 de febrero de 2016). FEN.org. Obtenido de <http://www.fen.org.es/blog/alimentacion-y-desarrollo-cognitivo/>
- García, A. M. (2016). ¿Cuáles son nuestros objetivos?; 5 al día' en España . España: [http://www.5aldia.org/datos/60/dossier\\_5\\_al\\_dia\\_5452.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/dossier_5_al_dia_5452.pdf).

- García, G. A. (2015). Atención Pedagógicas basadas en actividades lúdicas para la socialización y motivación al aprendizaje de la niña Valeska de la sala de Infantes A, del CDI Colombia en el I semestre del año 2015. <http://repositorio.unan.edu.ni/3292/1/24161.pdf>.
- Gobierno de la Republica del Ecuador . (17 de noviembre de 2018). Secretaria Tecnica Plan toda un vida . Obtenido de <https://www.todaunavida.gob.ec/ciudadania-ecuatoriana-acoge-positivamente-campana-por-el-dia-mundial-de-la-alimentacion/>
- Kiss Health . (2017). Obtenido de Kiss Health : <http://www.minigranada.com/cinco-consejos-sobre-la-alimentacion-infantil/>
- Kowal, S. (2019). Healthy Children . USA: Organizacion Healthy Children. Obtenido de <https://www.healthychildren.org/spanish/healthy-living/nutrition/paginas/how-children-develop-unhealthy-food-preferences.aspx>
- Macias, I. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Scielo, 1. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v39n3/art06.pdf>
- Michelsen, C. P. (2016). Macroproceso de Gestion para la atenciojn integral a la primera infancia . Ecuador : Subdirectora de Operaciones para la Atención a la Primera infancia. Obtenido de <https://www.coashogares.com/centro-de-desarrollo-infantil-cdi/>
- Ministerio de Educación Ecuador . (2016). Programa de Alimentación Escolar. <https://educacion.gob.ec/programa-de-alimentacion-escolar/>.
- Muñoz, C. S., & Bravo, J. (2018). Asociación para la Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas “5 al día”. [http://www.5aldia.org/datos/60/presentacion\\_programa\\_escolar\\_1702.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/presentacion_programa_escolar_1702.pdf).
- OMG. (2019). Organizacion Mundial de la Salud . Obtenido de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/fruit/es/>

- OMS. (2018). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). 5 al día. Obtenido de [http://www.5aldia.org/datos/60/DOSSIER\\_5\\_AL\\_DIA\\_5452.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/DOSSIER_5_AL_DIA_5452.pdf)
- Plazas, E. (2006). La búsqueda de orden en la conducta voluntario. *Scielo*, 1. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672006000200013](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672006000200013)
- Programa “5 al día”. (2019). Programas Educativos. Obtenido de [http://www.5aldia.org/datos/60/programa\\_educativo\\_5\\_al\\_dia\\_7320.pdf](http://www.5aldia.org/datos/60/programa_educativo_5_al_dia_7320.pdf)
- UNAM. (2017). Métodos de investigación. México D.F. Obtenido de <http://www.psicol.unam.mx/Investigacion2/pdf/meto2f.pdf>
- Vásquez, C. (Octubre de 2012). Obtenido de La Alimentación Escolar como Oportunidad de Aprendizaje : <http://www.fao.org/3/as231s/as231s.pdf>
- Zacarías, H. I., Pizarro, Q. T., Rodríguez, O. L., González, A. D., & Domper, R. A. (2015). Programa «5 al día» para promover el consumo de verduras y frutas en Chile. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182006000300010](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182006000300010).

## Anexos

### Anexo 1: Encuesta



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
CARRERA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA  
ENCUESTA



#### Objetivo:

Establecer de qué manera las estrategias lúdicas ayuda en el desarrollo del programa 5 al día en los C.D.I.

Cabe indicar que forma parte del proyecto de investigación “ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE CON PERTINENCIA SOCIAL PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES INFANTILES” aprobado con Resolución 0417-CU-P-2018.

1. ¿Conoce UD. el programa 5 al día?

SI  NO

De ser afirmativa su respuesta indique a que se refiere:

.....  
.....  
.....

2. ¿En su C.D.I. promueven el desarrollo de buenos hábitos alimenticios?

SI  NO

Explique la manera de como lo hace:

.....  
.....  
.....

3. ¿Utilizan estrategias para la buena alimentación de los infantes?

SI  NO

Describa cuales:

.....  
.....

4. ¿Cree UD. que es importante las 5 comidas diarias en los niños?

SI  NO

Porqué:

.....  
.....

5. ¿Cree UD. que una buena alimentación influye en el aprendizaje dentro del aula?

SI  NO

De qué manera:

.....  
.....  
.....

6. ¿En su planificación diaria, están incluidas actividades dirigidas a promover buenos hábitos alimenticios?

SI  NO

Brevemente explique una actividad en caso que la pregunta sea afirmativa:

.....  
.....  
.....

7. ¿Ha notado UD., los niños al ingerir alimentos como frutas y hortalizas, tienen una aceptación favorable?

SI  NO

8. ¿Cree UD. que si a los niños desde una temprana edad a su dieta diaria se le incluye frutas y hortalizas ellos a futuro tendrán mejores hábitos alimenticios?

SI  NO

9. ¿Le gustaría a UD. recibir información acerca del programa 5 al día y sus beneficios?

SI  NO

10. ¿Estaría interesada en conocer estrategias o actividades para la aplicación del programa 5 al día en su C.D.I.?

SI  NO

DOCENTE 1

.....

DOCENTE 2

.....