



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

## **FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA EDUCACIÓN PARVULARIA**

**Informe Final del trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del  
título de Licenciatura en Ciencias mención Educación Parvularia**

**TEMA:**

---

**“LA MALA ALIMENTACIÓN INFLUENCIA EN EL PROCESO ENSEÑANZA  
APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE 3 Y 4 AÑOS DEL CENTRO DE  
DESARROLLO INFANTIL CRECIENDO FELICES DE LA CIUDAD DE  
AMBATO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2008- 2009”**

---

**AUTORA:** Luz Nataly Tisalema Sailema

**TUTOR:** Dr. Bladimir Sánchez

**AMBATO – ECUADOR**

**2009**

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS  
Y DE LA EDUCACIÓN**

La Comisión de Estudios y Calificación del Informe de Graduación o Titulación Sobre el Tema “La Mala Alimentación Influye en el Proceso Enseñanza Aprendizaje de los niños de 3 y 4 años del Centro De Desarrollo Infantil Creciendo Felices de la ciudad de Ambato durante el Año Lectivo 2008- 2009”. Presentado por la señorita Luz Nataly Tisalema Sailema, egresada de la Carrera de Parvularia Promoción 2008-2009; una vez revisado el trabajo de Graduación o Titulación, considera que dicho informe investigativo reúne los requisitos básicos, tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante el Organismo pertinente, para los trámites pertinentes.

LA COMISIÓN

.....  
Dr. Marcelo Parra

.....  
Dr. Guillermo Castro

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O  
TITULACIÓN**

**CERTIFICA**

Yo, Bladimir Sánchez, en mi calidad de Tutora del trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema “La Mala Alimentación Influye en el Proceso Enseñanza Aprendizaje de los niños de 3 y 4 años del Centro De Desarrollo Infantil Creciendo Felices de la ciudad de Ambato durante el Año Lectivo 2008- 2009”. Desarrollado por la egresada señorita Luz Nataly Tisalema Sailema.

Considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios establecidos, por lo que autorizo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión Calificadora designada por el H. Consejo Directivo

-----  
Tutor

TRABAJO DE GRADO O TITULACIÓN

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

Dejo constancia que el presente Informe es el resultado de la investigación del autor, quién basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones o comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad del autor.

---

Luz Nataly Tisalema Sailema

C.I.180415881-2

Autora

## **DEDICATORIA**

Este proyecto de investigación está dedicado a todas las personas que me dieron su apoyo durante todo el proceso de realización del trabajo, en especial a mi madre quien ha sido eje fundamental en mi vida personal y en mis estudios mis hermanos quienes me enseñaron a tener paciencia y dedicación y a mis amigos que supieron ayudarme en el momento preciso.

**Nataly**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco principalmente a Dios por darme la paciencia y quietud para realizar el trabajo, a mi madre por su sacrificio constante, y a todas las personas cercanas mí por su respaldo, amor y comprensión, al Lic. Edgar Bladimir Sánchez quien tomó tiempo y dedicación en ayudarnos a desarrollar el proyecto y por guiarnos en el proceso.

**Nataly**

## **UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

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

**Tema:** La Mala Alimentación Influye en el Proceso Enseñanza Aprendizaje de los niños de 3 y 4 años del Centro De Desarrollo Infantil Creciendo Felices de la ciudad de Ambato durante el Año Lectivo 2008- 2009”

**Autora:** Luz Nataly Tisalema Sailema

**Tutor:** Dr. Bladimir Sánchez

#### **Resumen Ejecutivo:**

El presente trabajo investigativo tiene como objetivo determinar la influencia de La Mala Alimentación en el Proceso Enseñanza Aprendizaje de los niños de 3 y 4 años del Centro De Desarrollo Infantil Creciendo Felices de la ciudad de Ambato durante el Año Lectivo 2008- 2009”, para ello se tomó como muestra a los padres de familia que forman parte del aula efecto de estudio, y a los cuales se les aplicó un cuestionario de encuesta que consta de 10 ítems. Una alimentación deficiente, en la que faltan las sustancias nutritivas necesarias, conduce al organismo humano al estado de desnutrición. Cuando un organismo recibe sistemáticamente menos calorías de las que necesita, lo primero que le ocurre es que adelgaza, porque va quemándolas grasas acumuladas para obtener energía. Al mismo tiempo se produce también la falta de proteínas; aunque en su alimentación se le aporten algunas el organismo las quemará para obtener energía, vital por ser más apremiante. Existen familias con dinero que no se alimentan bien por el mal hábito en su alimentación causado por el desconocimiento de las propiedades nutrientes que tiene cada uno de los alimentos. La importancia que tiene la alimentación, en la vida del ser humano, que es considerado un ente primordial, dentro de la sociedad que es el portador del desarrollo y adelanto de su entorno. No obstante es preciso tomar decisiones importante con respecto a la nutrición que incide en la salud de los niños, jóvenes porque no decirlo ancianos de comunidades enteras que sufren de este mal nutricional.

## Índice general de contenidos

Carátula	I
Aprobación del Tutor	II
Autoría del Trabajo de Grado	III
Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice General	VI
Resumen Ejecutivo	X
Introducción	1
<b>CAPITULO I. EL PROBLEMA</b>	<b>2</b>
- Planteamiento del problema	2
- Contextualización	3
- Análisis Crítico	3
- Prognosis	4
- Formulación del Problema	4
-Delimitación del problema	4
- Justificación	5
- Objetivos	5

- Objetivo General	5
- Objetivos Específicos	5

## **CAPITULO II. MARCO TEÓRICO**

- Hábitos alimenticios	6-7
- Higiénica	8
- Suficiente	8
-Variada	8-9
- Salud y nutrición	9-12
- Guías alimenticias	12
- Enseñanza	14
- Aprendizaje	15-17
- Hipótesis	19
- Enunciación de Variables	19

## **CAPITULO III. METODOLOGÍ**

- Enfoque	20
- Modalidad	20
- Tipo de investigación	20
- Población y muestra	21
- Operacionalización de variables independiente	21

- Operacionalización de variables dependiente	22
<b>CAPITULO IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	<b>23</b>
- Análisis e interpretación de resultados	23-30
- Verificación de la Hipótesis	31
<b>CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
- Conclusiones	31
- Recomendaciones	31
<b>MATERIALES DE REFERENCIA</b>	
- Bibliografía	32
- Anexos	33-35

## **1. PROBLEMA**

### **1.1. EL TEMA**

"Como influye la alimentación en el proceso aprendizaje de los niños de 3 y 5 años del Centro de Desarrollo Infantil "Creciendo Felices" de la Universidad Técnica de Ambato.

### **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **CONTEXTUALIZACIÓN**

La grave crisis económica en los últimos años a aumentado la pobreza en nuestro país,  
más del 50% de la población dispone de ingresos suficientes para satisfacer las necesidades básicas de alimentación, educación y salud. La desigualdad de recursos económicos segregados para cada provincia especialmente para la nuestra a hecho que  
en' los hogares ambateños que el gasto económico sea limitado, razón por la que es una  
debilidad que afecta el desarrollo de las capacidades y habilidades psicomotoras de los  
infantes, no podemos dejar de lado que también existe un buen porcentaje de mortalidad  
infantil debido a la falta de una alimentación adecuada rica en Hierro, Vitamina A,

Complejo B, etc, reportándose también un sinnúmero de enfermedades como la tuberculosis, neumonía entre otros

Este problema se ve afectado en los niños del Centro de Desarrollo Infantil Creciendo Felices ubicado en las calles Río Araujuno y Coca que está constituido por:

6 Maestras

60 niños

1 persona de cocina

1 persona de limpieza

1 guardia de seguridad

## **ANÁLISIS CRÍTICO**

Pienso que una de las razones primordiales para que se de el retardo psicomotor en nuestros infantes del CDI es debido a la falta de preparación como padres pues la mayoría de ellos son jóvenes y no están debidamente preparados para atender, alimentar a sus niños, en la actualidad con el avance de la tecnología nuestras familias utilizan más a menudo el microondas para la preparación de alimentos, también se dedican a comer comida chatarra como mayor facilidad para calmar el hambre, de esta manera afectan la capacidad psicomotora de su pequeño

repercutiendo en el desarrollo integral afectivo social, cognitivo ,etc ; por lo que estimo que debe haber un desarrollo de responsabilidades entre esposos y de esta manera puedan tener oportunidad de elegir y tomar decisiones guardando la necesaria congruencia con el nivel de desarrollo y los intereses del niño, una alimentación positiva es fuente importante de energía, favoreciendo el cultivo del amor propio y reforzando sus conductas pues cada palabra, expresión facial, gesto o acción por parte de los padres, profesores y adultos significativos transmiten mensajes positivos a los niños desarrollando así su autoestima,

### **1.2.3 PROGNOSIS**

Dada la relevancia del tema y su influencia negativa, sino se resolviere este problema, sus consecuencias pueden ser múltiples, tal vez no a corto plazo pero si a mediano y largo plazo, escuela, vida social o salud.

Por lo tanto nosotros como maestras deberíamos concientizar en los padres de familia la gravedad del caso a través de charlas "Escuelas para Padres" por lo menos una vez al mes de tal manera que podamos ayudarles a conducir a vuestros hijos en la practica de hábitos de conducta, higiene y alimentación, pues el niño durante la primera infancia necesita de una alimentación completa, equilibrada, suficiente y adecuada que le proporcione todos los nutrientes que requiere para su crecimiento.

#### **1.2.4. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

Los hábitos alimenticios en el Ecuador, repercuten severamente en la población en general, siendo diversas las causas y sus efectos. Considerando que la familia es la responsable directa se hace necesario un proyecto de investigación que indague, concluya y recomiende ante un problema social evidente que se da a diario.

¿De qué manera influye los hábitos alimenticios en el proceso enseñanza aprendizaje de los niños de 3 a 5 años del CDI "Creciendo Felices" de la Universidad Técnica de Ambato durante el año lectivo 2008/2009?

#### **1.2.5. DELIMITACIÓN**

Delimitación espacial: CDT "Creciendo Felices UTA

Delimitación Temporal: año lectivo 2008 -009

Delimitación de contenidos: Desarrollo psicomotor de 3 a 5 años

Hábitos alimenticios

### **1.3. JUSTIFICACIÓN**

Considero que la presente investigación adquiere notoria utilidad ya que nos permitirá acercarnos científica, técnica y socialmente al verdadero problema a fin de plantear alternativas de mejoramiento y solución.

Hoy en día existe mucha influencia de los medio de comunicación que ponen énfasis en proponer el consumo de una gran variedad de alimentos poco nutritivos.

Tenemos que empezar por educar a nuestros hijos en buenos hábitos alimenticios desde muy pequeños, porque es fundamental para el desarrollo psicomotor e intelectual.

La mala nutrición tiene consecuencias para toda la vida, especialmente cuando se produce la desnutrición en los niños, por tanto es necesario optar por la pirámide alimentaría con lo cual se obtendrá una dieta sana, fomentando el consumo de la cantidad correcta de alimentos necesarios para el organismo.

El objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que lleva a centrar su actividad e investigación sobre el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, educación, aprendizaje, etc.

## **1.4. OBJETIVOS**

### **1.4.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar la influencia de los hábitos alimenticios en el proceso enseñanza aprendizaje de los niños de 3 a 5 años del CDI "Creciendo Felices" de la Universidad Técnica de Ambato durante el año lectivo 2008/2009

### **1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Sustentar científicamente el desarrollo psicomotor adecuado del niño de 3 a 5 años y sus respectivas necesidades.

Diagnosticar la realidad familiar entorno a la alimentación y el desarrollo psicomotor de los niños de 3 a 5 años

Elaborar un marco administrativo que viabilice la investigación hacia conclusiones y recomendaciones concretas.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes investigativos**

No se han realizado con anterioridad estudios en el CDI Creciendo Felices sobre este tema.

### **2.2. Categorías Fundamentales**

#### **CATEGORÍA 1: HÁBITOS ALIMENTICIOS**

La nutrición balanceada durante las primeras etapas de la vida influye sobre nuestro desarrollo físico, mental y emocional. Es, sin dudas, un capital para toda la vida. Los chicos que desarrollan hábitos alimentarios saludables con el tiempo comprendan el efecto que tiene la comida sobre el organismo y su bienestar. Enseñarles a comer más de algunos alimentos y a moderar el consumo de otros es una de las tareas más complejas de los padres.

Los primeros años de vida del niño suelen ser a un tiempo los más fáciles y los más complicados en cuanto a la alimentación. Resultan sencillos porque consumen poca variedad de alimentos y no hay necesidad de restringir la ingesta de grasas o colesterol. Y son complicados porque el desarrollo es acelerado y los deseos por los alimentos varían frecuentemente.

Los hábitos alimenticios de las familias se transmiten de padres a hijos y están influidos por varios factores entre los que destacan: el lugar geográfico, el clima, la vegetación, la disponibilidad de la región, costumbres y experiencias, por supuesto que también tienen que ver la capacidad de adquisición, la forma de selección y preparación de los alimentos y la forma de consumirlos (horarios, compañía).

Hay que tomar en cuenta que los alimentos son lo único que proporciona energía y diversos nutrimentos necesarios para crecer sanos y fuertes y poder realizar las actividades diarias. Ninguna persona logra sobrevivir sin alimento y la falta de alguno de los nutrimentos ocasiona diversos problemas en la salud.

Sin embargo, no se trata de comer por comer, con el único fin de saciar el hambre, sino de obtener por medio de los alimentos, los nutrimentos necesarios para poder realizar todas las actividades según la actividad física que se desarrolle, el sexo, la edad y el estado de salud.

Consumir pocos o demasiados alimentos y de forma des balanceada, tiene consecuencias que pueden ser muy graves: por un lado si faltan algunos nutrimentos en el organismo, hay desnutrición, que es muy grave y frecuente en niños de todos los ámbitos sociales, y por otro si se comen cantidades excesivas se puede desarrollar obesidad.

Por ello, la alimentación de los niños y niñas debe ser:

Completa, incluyendo en los tres alimentos principales del día: desayuno, comida y cena, alimentos de los tres grupos:

1. Cereales y tubérculos que proporcionan la energía para poder realizar las actividades físicas, mentales, intelectuales y sociales diarias.
2. Leguminosas y alimentos de origen animal que proporcionan proteínas para poder crecer y reparar los tejidos del cuerpo.<BR> cuerpo adecuadamente.
3. Agua, para ayudar a que todos los procesos del cuerpo se realicen adecuadamente y porque ella forma parte de nuestro cuerpo en forma importante.

Todos los alimentos contienen nutrimentos, pero es importante conocer cuáles contiene cada uno de ellos, para combinarlos en cada comida y evitar que alguno de ellos falte.

Los alimentos naturales obviamente tienen mayor cantidad y calidad en sus nutrimentos, por lo que la comida chatarra, no debe ocupar el primer lugar de consumo, aunque facilite las tareas de quienes preparan la comida.

**EQUILIBRADA**, es decir cada comida debe contener en igual cantidad alimentos de los tres grupos. En nuestra cultura, se exagera del consumo de carne y se dejan a un

lado los cereales, verduras y frutas, favoreciendo así la obesidad y muchos problemas por la falta de vitaminas y minerales.

**HIGIÉNICA**, para prevenir enfermedades infecciosas se debe cuidar mucho la calidad, frescura y forma de preparación de los alimentos. El lavado de manos antes de prepararlos y comerlos es un hábito que debe fomentarse en los niños desde muy pequeños.

**SUFICIENTE**, esto con relación a cubrir las necesidades de nutrimentos, más que a comer mucho. Cada persona tiene capacidad diferente para comer y no se debe imponer la misma cantidad a todos, esto en lugar de beneficiar, ocasiona muchos problemas en las comidas familiares.

**VARIADA**, es importante que los niños aprendan a comer de todo y si hay algo que no les gusta (que nos sucede a todos) tratar de no darlo y buscar un alimento sustituto de los nutrimentos que contiene. Lo importante son los nutrimentos, no el tipo de alimento en especial.

Lo cierto es que los hábitos alimentarios se inician con la primera ingesta de la leche materna o preparada que toma el bebé. La madre procura acostumbrarle a sus tomas en unas horas determinadas, siguiendo un criterio propio o del pediatra. A medida que el niño va creciendo, estos hábitos adquieren una base más sólida.

Es importante que el niño reciba una educación de estos hábitos, para que cuando se introduzca en la alimentación adulta pueda comer bien y equilibradamente. Por

esta razón, la educación del entorno es fundamental. Esto significa que si la dieta de los adultos es variada y equilibrada, lo más seguro es que la del niño también lo será. Si por el contrario cada persona come por su cuenta o la compra de alimentos pre cocinados es habitual, difícilmente el niño llegará a tener una dieta equilibrada.

Está comprobado que cuando se cocina en casa los niños acaban prefiriendo una amplia variedad de alimentos.

Es muy importante recordar que una buena alimentación es necesaria para un buen crecimiento y también que una buena alimentación es la primera medicina preventiva.

En el momento en que el niño deja de tomar únicamente leche y pasa a ingerir otros alimentos, como son los jugos, los caldos o las primeras papillas, necesitan un período de adaptación más o menos largo según la manera de ser de cada niño. Cuando pasa del cambio de textura líquida a la textura triturada, y más adelante a la desmenuzada, el grado de adaptación aumenta. Por este motivo, es importante que las personas que conviven con el pequeño estén implicadas y sigan unas mismas directrices: deben ser conscientes de que están educando la manera de comer y, por lo tanto, de alimentarle.

**Según [www.pediatraldia.cl](http://www.pediatraldia.cl) dice:**

Lo cierto es que los hábitos alimentarios se inician con la primera ingesta de la leche materna o preparada que toma el bebé. La madre procura acostumbrarle a sus tomas en unas horas determinadas, siguiendo un criterio propio o del pediatra. A medida que el niño va creciendo, estos hábitos adquieren una base más sólida.

Esto significa que si la dieta de los adultos es variada y equilibrada, lo más seguro es que la del niño también lo será. Si por el contrario cada persona come por su cuenta o la compra de alimentos precocinados es habitual, difícilmente el niño llegará a tener una dieta equilibrada.

Está comprobado que cuando se cocina en casa los niños acaban prefiriendo una amplia variedad de alimentos.

Es importante que el niño reciba una educación de estos hábitos, para que cuando se introduzca en la alimentación adulta pueda comer bien y equilibradamente. Por esta razón, la educación del entorno es fundamental.

**Según El Libro Nutrición Salud y Energía de Blanca Salazar Bautista dice:**

El primer año de vida, es el período de crecimiento y desarrollo más rápido en la vida del niño y es cuando este es más inmaduro y vulnerable. Por ello es importante proporcionarle una alimentación suficiente y adecuada.

La alimentación del niño en el primer año de vida se basa en la leche humana y se completa con otros alimentos (alimentación complementaria), con el doble objetivo de satisfacer sus necesidades nutritivas y crear unos hábitos alimentarios adecuados.

La lactancia materna es la forma de nutrición natural del lactante y sus ventajas nutritivas, inmunitarias y psicológicas son conocidas. La leche materna es el alimento óptimo para el lactante y su composición es la ideal para el mejor crecimiento, desarrollo y maduración durante los primeros 4 a 6 meses de vida.

Conocemos la importancia de una alimentación variada, especialmente en los niños, para que aprendan a comer de todo. Es el momento de descubrir sabores, texturas y colores para adentrarlos en el gran mundo de la gastronomía.

Es el momento también de sentar las bases de una alimentación de hábitos sanos y de inculcar una actitud positiva hacia la comida.

Su alimentación está cada vez más influenciada por los gustos alimenticios de la familia, incluso a veces se muestran maniáticos o reacios a comer ciertos alimentos que hoy no aceptan, pero mañana tal vez sí.

A esta edad, más bien a partir del año y medio, ya son capaces de beber con pajita y de comer con cuchara. Muchas veces se fanatizan tanto y como están en plena etapa de "yo solito", no quieren comer si no lo hacen por ellos mismos. Procura que tenga su propio plato y su vaso.

Seguramente, luego de la incorporación de la clara de huevo y el pescado, el niño coma ya casi todo tipo de alimentos.

Aunque los niños no paran de crecer, en esta etapa lo hacen a un ritmo más lento que durante el primer año. Al final del tercer año se supone que tendrán la mitad de su estatura adulta.

Es Importantísimo tener en cuenta que estamos trazando el mapa alimenticio de nuestros hijos, que marcará su actitud con la comida para el resto de su vida. Todos conocemos las graves consecuencias de los trastornos alimenticios, pero pocos tomamos conciencia que la alimentación hay que educarla desde la cuna.

Las causas más comunes del exceso de peso, al margen de las causas genéticas, hay que buscarlas también en la no lactancia materna, en la ablactación inadecuada, el uso de papillas mezcladas con diferentes alimentos, donde se les obstaculiza su desarrollo psicomotor, al no desarrollar el proceso de la masticación en el momento preciso, y sobre todo, el hecho de que no aprenden a reconocer la textura y sabores de los diferentes alimentos, lo cual repercute en la creación de los hábitos y

actitudes hacia la alimentación y la nutrición, además de la incidencia que tiene en la actitud olfativa, gustativa, táctil y visual hacia los alimentos.

En el caso de la obesidad, los estudiosos plantean que prevenirla o erradicarla desde las más tempranas edades es lo más efectivo y aconsejable, pero la mayoría de los padres y madres acuden a la consulta de obesidad cuando se acerca el período de la adolescencia por dos preocupaciones fundamentales, en el caso de las niñas porque están próximas a cumplir los 15 años, vienen las fotos de largo y no desean vestir las de ancho. En el caso de los varones porque les preocupa su desarrollo genital, sobre todo por el conocido y propagado mito de que la obesidad no permite que el pene alcance un tamaño normal, cuando realmente lo que sucede es, que la grasa prepuberal hace que los genitales estén más ocultos, y que a su vez se vean más pequeños en contraste con la grasa acumulada.

Es precisamente la introducción de todos los alimentos termina cuando se alcanza el primer año de edad y se establece que es la edad en que ya se deben incorporar a la alimentación familiar, a participar de ese acto social que contribuye a su desarrollo integral y a la formación de su personalidad futura. La personalidad es un proceso integrador y en esta integración la alimentación, la nutrición y el acto social de alimentación, no constituyen una excepción.

**Según el Libro Guías Alimentarias del Instituto Nacional de la Niñez y la Familia - INNFA dice:**

A partir del sexto mes de vida, el niño o niña debe comenzar a comer otros alimentos, pero sin interrumpir la lactancia materna.

Se le puede ofrecer al niño o niña, después de la leche materna, comidas espesas como purés de cereales: arroz, avena y de tubérculos como: papa, yuca, zanahoria blanca. El niño o niña puede consumir jugos de frutas y purés o papillas de frutas como: papaya, guineo, manzana, (no frutas cítricas) y verduras como zanahoria amarilla, zapallo, entre otros.

Estos alimentos se les da aplastando con cuchara o tenedor, sin licuar; dar a los niños y niñas inmediatamente después de preparar.

Al empezar a dar un nuevo alimento, se le debe dar poco a poco, para ver si el niño o niña lo acepta y para que se acostumbre a comerlo.

Desde los 7 y 8 meses darle pedacitos de pan, tortillas, para que aprenda a masticar.

Cada mes incluya nuevos alimentos y al cumplir un año el niño o niña ya puede comer todo lo que come la familia.

Los niños y niñas de uno a dos años necesitan alimentarse cinco veces al día, esto es, desayuno, refrigerio a media mañana, almuerzo, refrigerio a media tarde y merienda.

Para evitar anemias es primordial establecer un horario de comida adecuado, que se acostumbre a comer a horas fijas, evitando así que esté pidiendo alimentos a cada rato o fuera de hora.

En esta etapa, el crecimiento del niño o niña es muy rápido, por lo tanto, necesita de una alimentación adecuada para que el crecimiento es normal, también es ideal para formar buenos hábitos alimentarios en el niño o niña.

## **CATEGORÍA 2: PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS**

El proceso enseñanza aprendizaje es diferente en cada niño, sin embargo, es claro que él se presenta en el mismo orden en cada niño.

Los factores ambientales y físicos también influyen en el proceso del aprendizaje. Por ejemplo, si en una familia a un niño le estimula para que aprenda el seguirá estos hábitos también es claro que la ausencia de estimuladores visuales, táctiles y/o auditivos afectan a este proceso.

Asimismo, la relación entre nutrición y aprendizaje la tendencia de que los niños con un desarrollo normal tienen una mejor nutrición, así como la relación con la actividad física, que muestra que los niños con un desarrollo normal tienen unos niveles de actividad física mejores que los niños con una sospecha de alteración psicológica.

## **La enseñanza.**

Es el proceso mediante el cual se comunican o transmiten conocimientos especiales o generales sobre una materia. Este concepto es más restringido que el de educación, ya que ésta tiene por objeto la formación integral de la persona humana, mientras que la enseñanza se limita a transmitir, por medios diversos, determinados conocimientos. En este sentido la educación comprende la enseñanza propiamente dicha.

Los métodos de enseñanza descansan sobre las teorías del proceso de aprendizaje y una de las grandes tareas de la pedagogía moderna a sido estudiar de manera experimental la eficacia de dichos métodos, al mismo tiempo que intenta su formulación teórica. En este campo sobresale la teoría psicológica la base fundamental de todo proceso de enseñanza-aprendizaje se halla representada por un reflejo condicionado, es decir, por la relación asociada que existe entre la respuesta y el estímulo que la provoca.

El sujeto que enseña es el encargado de provocar dicho estímulo, con el fin de obtener la respuesta en el individuo que aprende. Esta teoría da lugar a la formulación del principio de la motivación, principio básico de todo proceso de enseñanza que consiste en estimular a un sujeto para que éste ponga en actividad sus facultades, el estudio de la motivación comprende el de los factores orgánicos de toda conducta, así como el de las condiciones que lo determinan.

De aquí la importancia que en la enseñanza tiene el incentivo, no tangible, sino de acción, destinado a producir, mediante un estímulo en el sujeto que aprende También, es necesario conocer las condiciones en las que se encuentra el individuo que aprende, es decir, su nivel de captación, de madurez y de cultura, entre otros.

El hombre es un ser eminentemente sociable, no crece aislado, sino bajo el influjo de los demás y está en constante reacción a esa influencia. La Enseñanza resulta así, no solo un deber, sino un efecto de la condición humana, ya que es el medio con que la sociedad perpetúa su existencia. Por tanto, como existe el deber de la enseñanza, también, existe el derecho de que se faciliten los medios para adquirirla, para facilitar estos medios se encuentran como principales protagonistas el Estado, que es quien facilita los medios, y los individuos, que son quienes ponen de su parte

para adquirir todos los conocimientos necesarios en pos de su logro personal y el engrandecimiento de la sociedad.

La tendencia actual de la enseñanza se dirige hacia la disminución de la teoría, o complementarla con la práctica. En este campo, existen varios métodos, uno es los medios audiovisuales que normalmente son más accesibles de obtener económicamente y con los que se pretende suprimir las clásicas salas de clase, todo con el fin de lograr un beneficio en la autonomía del aprendizaje del individuo. Otra forma, un tanto más moderno, es la utilización de los multimedios, pero que económicamente por su infraestructura, no es tan fácil de adquirir en nuestro medio, pero que brinda grandes ventajas para los actuales procesos de enseñanza – aprendizaje.

### **Aprendizaje**

Cambio en el rendimiento, que suele ser permanente, que guarda relación con la experiencia.

Los niños sanos siguen un patrón de desarrollo o de adquisición de habilidades. Este patrón es claro y se han definido hitos básicos, fáciles de medir, que nos permiten saber cuándo un niño va progresando adecuadamente. Con ellos se han elaborado pruebas objetivas de evaluación del desarrollo considerando cuatro áreas: motricidad gruesa, motricidad fina, sociabilidad y lenguaje. Existen pautas de "screening" o tamizaje, rápidas de aplicar (10-15 minutos), que seleccionan niños de riesgo o retraso pero no precisan el área del daño o la magnitud del retraso. Estas pruebas son, entre otras: el Test de Denver (USA) y el EEDP (Escala de Evaluación del Desarrollo Psicomotor) de Soledad Rodríguez y cols. (Chile.) Existen otras pruebas de evaluación del desarrollo psicomotor, que son más largas de aplicar (40-50 min) y

que requieren de personal entrenado pero que tienen la ventaja de poder definir mejor el retraso, su magnitud y las áreas de mayor problema. Estas pruebas son el Bailey (USA), el Mullen (USA) y el Griffiths (Inglaterra), entre otras.

Se ha demostrado en estudios con niños y niñas obesos en la edad preescolar que su integración al colectivo, el desarrollo de actividades, las habilidades para el juego y la presión que comienzan a ejercer sobre ellos y ellas, ya que en muchas ocasiones, los padres, madres y educadoras de círculos infantiles, comienzan a inquietarse por los hábitos alimentarios de estos niños y niñas y le van transmitiendo inseguridad, timidez, dificultades en el aprendizaje y en su desarrollo integral, sobre todo, en procesos psíquicos fundamentales como la atención, la memoria, el pensamiento abstracto y concreto. Esferas como la sociabilidad, el desarrollo del lenguaje y el óculo manual tendrán limitaciones propiciadas, no solo por su estado de obesidad, sino por las implicaciones que en el orden social llevan implícitas.

Cuando los niños están bien alimentados y cuidados, y cuentan con libertad física, es probable que su aprendizaje sea mejor.

### **2.3. Hipótesis**

Los hábitos alimenticios influyen en el proceso enseñanza aprendizaje de los niños de 3 a 5 años del CDI "Creciendo Felices" de la Universidad Técnica de Ambato.

### **2.4. Señalamiento de variables**

**Variable Independiente:** Hábitos Alimenticio

**Variable Dependiente:** proceso enseñanza aprendizaje de los niños de 3 a 5 años.

### **3. MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1. ENFOQUE**

El enfoque de esta investigación es de carácter cualitativo porque se basa en muestras pequeñas tiene interés en la interpretación del problema más no en la utilización de estadísticas también es de forma interna porque esta en contacto directo con el problema y con los involucrados, aquí se van a plantear varias interrogantes y finalmente no se va a generalizar los resultados ya que los resultados son de interés exclusivamente del CDI Creciendo Felices.

#### **3.2. MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN**

Esta investigación por los objetivos es aplicada, por el lugar es de campo y de laboratorio de campo porque se esta en el lugar de los hechos en el CDI Creciendo Felices y de laboratorio porque alguna información se ha hecho bibliográficamente.

#### **3.3. TIPO DE ESTUDIO**

La investigación que estoy realizando es de carácter descriptivo porque tiene solidez científica.

### **3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA**

población de estudio está identificado por estudiantes y docentes del CDI Creciendo Felices conforme el siguiente cuadro:

### **3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

En esta investigación se ha utilizado la técnica de observación y encuesta consecuentemente utilizaremos el cuestionario para la respectiva evaluación.

### 3.6. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

**Variable Independiente:** Hábitos Alimenticios

CONCEPTO	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍNDICES
Práctica para consumir alimentos determinado por las costumbres familiares	Situación Económica	- Poder de Adquisición	Alto, medio, bajo, escaso
	Situación Social	- Práctica de la higiene personal - Tiempo compartido en el momento de la Comida	3 comidas 2 comidas 1 comida ninguna
	Situación Cultural	- Conocimiento sobre nutrición	Adecuados e Inadecuados

**Variable Dependiente:** Desarrollo Psicomotor de niños de 3 a 5 años

CONCEPTO	CATEGORÍAS	INDICADORES	ÍNDICES
<p>Es el nivel de madurez psicológica y muscular que tiene una persona, en este caso un niño de 6 meses a 4 años.</p>	<p>Maduración</p> <p>Aprendizaje</p>	<p>- Psicológica</p> <p>Muscular</p> <p>- Independiente</p> <p>- Dependiente</p>	<p>3 a 4 años</p> <p>4 a 5 años</p> <p>Proceso Natural</p> <p>Necesidad</p> <p>Estimulación</p> <p>Temprana</p> <p>Asistencia al CDI</p>

## INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

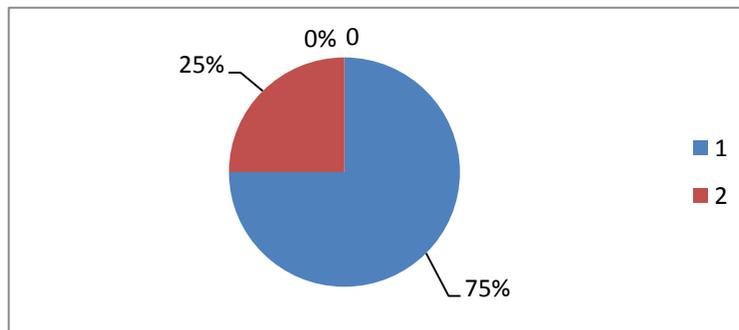
### ENCUESTA APLICADA A LOS PADRES DE FAMILIA.

#### 1. CONSIDERA QUE SU HIJO TIENE EL PESO ADECUADO SEGÚN LA EDAD QUE

##### POSECUADRO 1

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
si	2	75
no	1	25
total		100

#### GRÁFICO 1



**ANÁLISIS** De los resultados de este ítem observamos que de Los padres encuestados el 50% (2) responden que el niño no tiene el peso adecuado, el 25% (1) suficiente y el otro 25% (1) no tiene el peso adecuad.

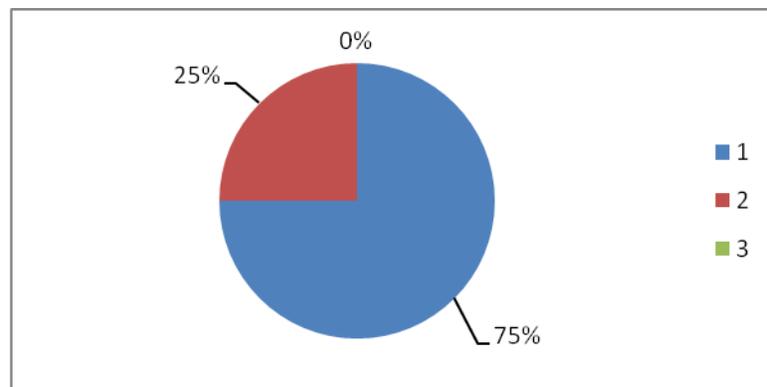
#### INTERPRETACIÓN

La mayoría de los niños no tienen el peso adecuado según su edad esto manifiestan los padres de familia

**2 .Conoce tipos de enfermedades por causa de la alimentación inadecuada.**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	3	75
NO	1	25
	4	100

**GRÁFICO 2**



**ANÁLISIS:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 75% (3) responden que son conocen tipos de enfermedades debido a la mala alimentación y el 25% (1) responde que no saben qué tipos de enfermedades puede haber La

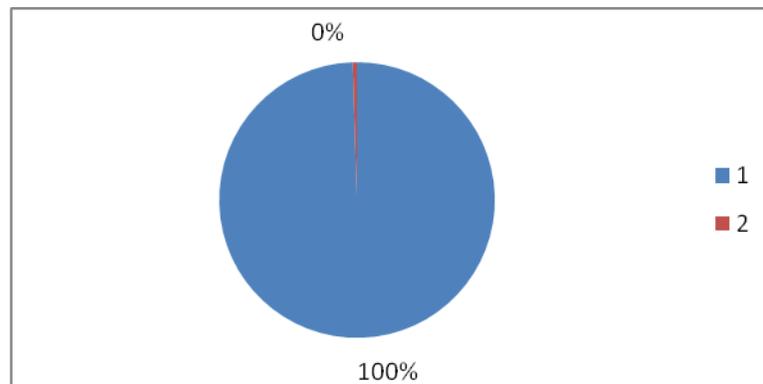
**INTERPRETACIÓN** La mayoría de padres de familia ignoran de las enfermedades que pueden tener sus hijos por causa de la mala alimentación.

### CUADRO 3

#### 3. La mayor parte del tiempo facilita a su hijo golosinas

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	55	95
NO	5	5
	60	100

GRÁFICO 3



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 55% (4) responden que si les facilitan con golosinas a niño y el 5% no les facilitan golosinas a sus hijos.

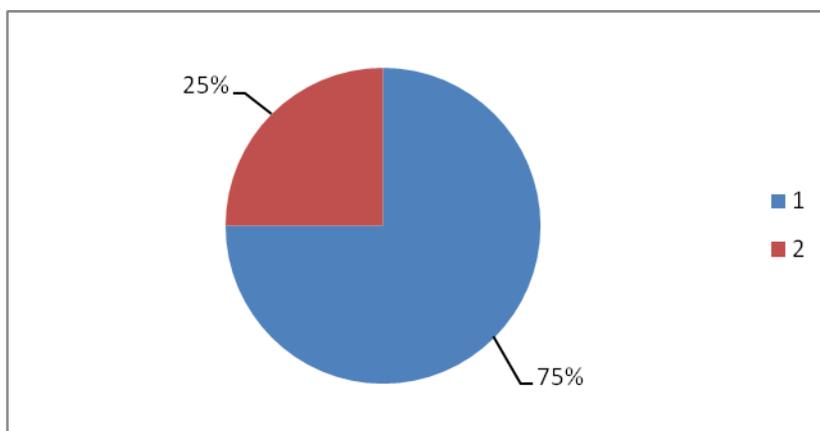
**INTERPRETACIÓN** La mayoría de padres facilitan golosinas a sus hijos y esto causa que no coman bien.

CUADRO 4

4. Usted “premia ” a su hijo por una buena acción que realice con algún tipo de golosina.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	45	75
NO	25	25
	60	100

GRÁFICO 4



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 75% (45) responden que el niño si es premiado con golosinas mientras que el 25% si les premian a sus hijos.

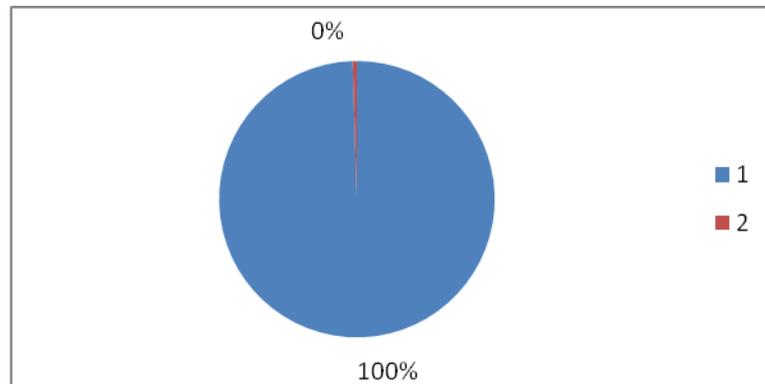
**INTERPRETACIÓN** Los padres “premian” a sus hijos por las cosas que hacen y de ello los niños les encantan las golosinas

### CADRO 5

5. ¿ Los fines de semana su familia como fuera de casa?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	59	100
NO	1	0
	60	100

### GRÁFICO 5



**ANÁLISIS** De los resultados de este ítem observamos que la mayoría de familia comen fue 100% (69) .

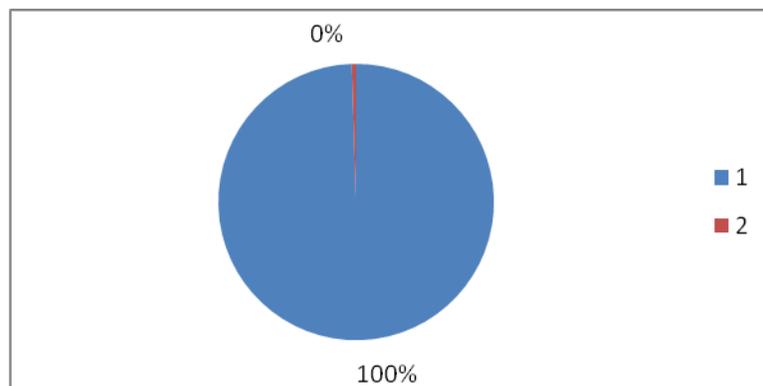
**INTERPRETACIÓN** padres comen fuera de casa todos los fines de semana y no alimentan adecuadamente a sus hijos

**CUADRO 6**

**6 .- ¿Cuando usted está con su hijo le proporciona de comida nutritiva?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	0	0
NO	100	100
	20	100

**GRÁFICO 6**



**ANÁLISIS:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 100% (60) no les proporciona comida nutritiva.

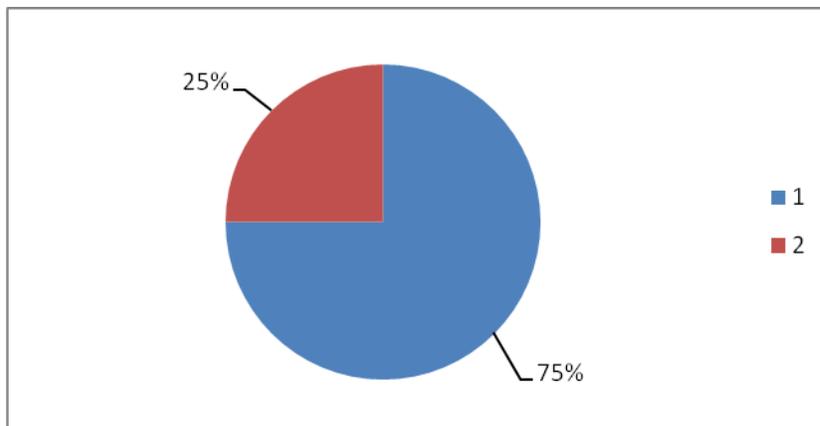
**INTERPRETACIÓN** A los padres de familia no le gusta dar a sus hijos comida nutritiva por lo que los niños comen golosinas

**CUADRO 7**

**7.- ¿Usted se ha informado acerca de los beneficios de las frutas y verduras?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	45	75
NO	25	25
	60	100

**GRÁFICO 4**



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 55% (4) responden que si se han informado de los beneficios de las frutas y verduras mientras que el 5% no se ha informado de estos beneficios.

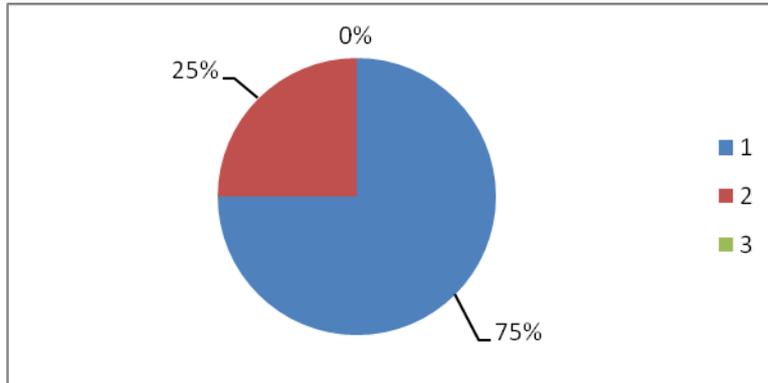
**INTERPRETACIÓN** La mayoría de padres de familia si se ha informado de los beneficios de frutas y verduras.

#### CUADRO 8

**8.- ¿Usted asocia un niño bien alimentado con un buen aprendizaje?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	3	75
NO	1	25
	4	100

#### GRÁFICO 8



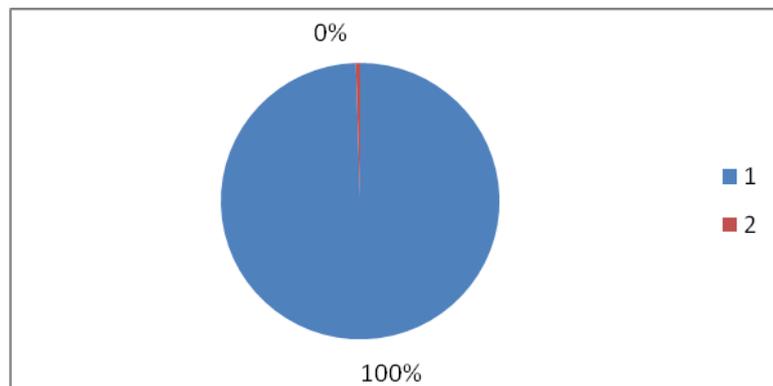
**ANÁLISIS:** De los resultados de este ítem observamos que de los padres encuestados el 75% (3) responden que Si asocian la alimentación con un buen aprendizaje y el 25% (1) responde que no es imprescindible.

**GRÁFICO 9**

**9.- ¿Cuando sus hijos están a su cuidado reemplaza la alimentación con el juego?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	0	0
NO	100	100
	20	100

**GRÁFICO 9**



**ANÁLISIS:** De los resultados de este ítem observamos que de los niños prefieren jugar que alimentarse 100% (60)

**INTERPRETACIÓN** A los niños no les gusta comer cuando están jugando a ellos les divierte mas juga

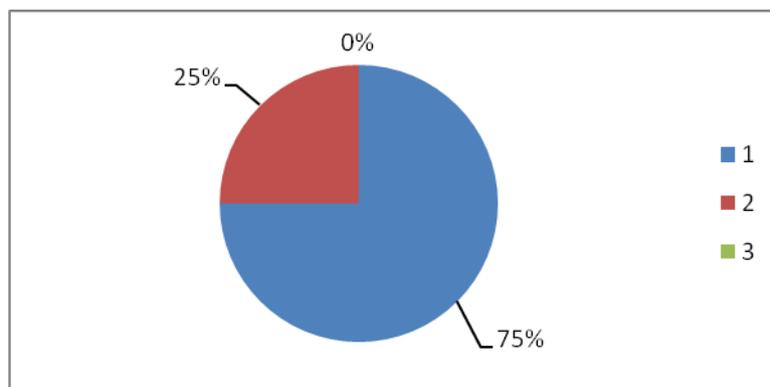
**GRAFICO 10**

**10.- ¿Considera que el desayuno es la comida más importante del día?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	3	75

<b>NO</b>	1	25
	4	100

**GRÁFICO10**



**ANÁLISIS INTERPRETACION:** De los resultados de este ítem observamos que los padres si consideran que el desayuno es la comida más importante del día 75 % (3) y el 25% responden que no es tan importante no es imprescindible.

**INTERPRETACION:** Los padres de familia deben tener en cuenta que la comida más importante del día es el desayuno

### **3.8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **CONCLUSIONES:**

La mitad de los niños Del CDI "Creciendo Felices", comen poco.

La mayoría de los niños prefieren las golosinas

La mayoría de niños no comen todo lo que se les sirve

La mayoría de los niños no tiene una buena alimentación.

A todos los niños les gustan las golosinas.

#### **RECOMENDACIONES:**

- A los niños se les debe enseñar a comer desde los 6 meses. La alimentación en los niños debe ser nutritiva.
- La cantidad alimenticia debe ser de acuerdo a la edad.
- No importa que se ensucien se debe dejar que coman solos.
- Los hábitos establecidos de una buena alimentación debe ser cumplidos.
- Deben tener una buena alimentación, para que su desarrollo físico, psicomotor e intelectual sea satisfactorio.

#### **4.3. BIBLIOGRAFÍA**

- ✓ GÓMEZ RAMÍREZ, J. F., A, POSADA DÍAZ PUERICULTURA Editorial Médica Panamericana.
- ✓ LEAL QUEVEDO, Francisco, PREGUNTAS DE MADRES 4ta Edición Editorial Médica Panamericana.
- ✓ JENSEN, Bernard Dr. CIENCIA Y PRACTICA DE NUTRICIÓN CLEMENTS, Harry Dr. ALIMENTACIÓN NATURAL
- ✓ INNFA, GUIAS ALIMENTARIAS, Convenio INNFA - Plan Ecuador Protección Integral - Desarrollo Infantil

- ✓ PAPALIA, Diane E. PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO 8va Edición
- ✓ OCÉANO, PSICOLOGÍA INFANTIL Asesor de Padres Programa de Información Familiar
- ✓ [www.pediatraldia.cl](http://www.pediatraldia.cl) consultado el día martes 13/01/2009

# ANEXOS

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA DE  
EDUCACIÓN PARVULARIA**

**ENCUESTA DIRIGIDA A MAESTRAS DEL CDI CRECIENDO FELICES DE NURSERY Y PRE-  
BÁSICA**

**OBJETIVO:** Determinar los hábitos alimenticios y el desarrollo psicomotor practicados por los niños de 3 a 5 años del CDI Creciendo Felices de la Universidad Técnica de Ambato según la observación de las maestras

**1. Considera que su hijo tiene el peso adecuado según su edad.**

SI

NO

**2 .Conoce tipos de enfermedades por causa de la alimentación inadecuada.**

SI

NO

**3.-L a mayor parte del tiempo facilita a su hijo golosinas**

SI

NO

**4. Usted “premia” a su hijo por una buena acción que realice con algún tipo de golosina.**

SI

NO

A VECES

**5.- ¿Los fines de semana su familia como fuera de casa?**

SI

NO

A VECES

**6.- ¿Cuando usted está con su hijo le proporciona de comida nutritiva?**

**SI**

**NO**

**A VECES**

**7.- ¿Usted se ha informado acerca de los beneficios de las frutas y verduras?**

**SI**

**NO**

**8.- ¿Usted asocia un niño bien alimentado con un buen aprendizaje?**

**SI**

**NO**

**9.- ¿Cuando sus hijos están a su cuidado reemplaza la alimentación con el juego?**

**SI**

**NO**

**A VECES**

**10.- ¿Considera que el desayuno es la comida más importante del día?**

**SI**

**NO**

