



CARRERA DE DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

NUTRICIÓN ADECUADA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD.
CREACIÓN DE UN RECETARIO CON MENÚS SALUDABLES DIRIGIDO A
PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL
“GOTAEL” DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO 2014- 2015.

Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Tecnóloga en Desarrollo
del talento Infantil

Autora: Pilca Julio María Daniela

Tutora: Lic: Adriana Cuascota

Quito, Abril 2015



DECLARATORIA

Declaro que la investigación es absolutamente original, autentica, personal, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes. Las ideas, doctrinas, resultados y conclusiones a los que he llegado son de mi absoluta responsabilidad.

María Daniela Pilca Julio

C.I. 1720210663



CONTRATO DE CESIÓN SOBRE DERECHOS PROPIEDAD INTELLECTUAL

Comparecen a la celebración del presente contrato de cesión y transferencia de derechos de propiedad intelectual, por una parte, la estudiante Pilca Julio María Daniela por sus propios y personales derechos, a quien en lo posterior se le denominará el “CEDENTE”; y, por otra parte, el INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO CORDILLERA, representado por su Rector el Ingeniero Ernesto Flores Córdova, a quien en lo posterior se lo denominará el “CESIONARIO”. Los comparecientes son mayores de edad, domiciliados en esta ciudad de Quito Distrito Metropolitano, hábiles y capaces para contraer derechos y obligaciones, quienes acuerdan al tenor de las siguientes cláusulas:

PRIMERA: ANTECEDENTE.- a) El Cedente dentro del pensum de estudio en la carrera de desarrollo del talento infantil que imparte el Instituto Superior Tecnológico Cordillera, y con el objeto de obtener el título de Tecnóloga en Desarrollo del Talento Infantil, la estudiante participa en el proyecto de grado denominado **“NUTRICIÓN ADECUADA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD. CREACIÓN DE UN RECETARIO CON MENÚS SALUDABLES DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “GOTAEL” DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO**

2014-2015", el cual incluye la creación de un recetario para una adecuada alimentación en los niños y niñas, para lo cual ha implementado los conocimientos adquiridos en su calidad de alumna. **b)** Por iniciativa y responsabilidad del Instituto Superior Tecnológico Cordillera se desarrolla la creación de la guía, motivo por el cual se regula de forma clara la cesión de los derechos de autor que genera la obra literaria y que es producto del proyecto de grado, el mismo que culminado es de plena aplicación técnica, administrativa y de reproducción.

SEGUNDA: CESIÓN Y TRANSFERENCIA.- Con el antecedente indicado, el Cedente libre y voluntariamente cede y transfiere de manera perpetua y gratuita todos los derechos patrimoniales de la guía descrita en la cláusula anterior a favor del Cesionario, sin reservarse para sí ningún privilegio especial (código fuente, código objeto, diagramas de flujo, planos, manuales de uso, etc.). El Cesionario podrá explotar la guía por cualquier medio o procedimiento tal cual lo establece el Artículo 20 de la Ley de Propiedad Intelectual, esto es, realizar, autorizar o prohibir, entre otros: a) La reproducción de la guía por cualquier forma o procedimiento; b) La comunicación pública de la guía; c) La distribución pública de ejemplares o copias, la comercialización, arrendamiento o alquiler de la guía; d) Cualquier transformación o modificación de la guía; e) La protección y registro en el IEPI la guía a nombre del Cesionario; f) Ejercer la protección jurídica de la guía; g) Los demás derechos establecidos en la Ley de Propiedad Intelectual y otros cuerpos legales que normen sobre la cesión de derechos de autor y derechos patrimoniales.

TERCERA: OBLIGACIÓN DEL CEDENTE.- El cedente no podrá transferir a ningún tercero los derechos que conforman la estructura, secuencia y organización de la guía que es objeto del presente contrato, como tampoco emplearlo o utilizarlo a

título personal, ya que siempre se deberá guardar la exclusividad de la guía a favor del Cesionario.

CUARTA: CUANTIA.- La cesión objeto del presente contrato, se realiza a título gratuito y por ende el Cesionario ni sus administradores deben cancelar valor alguno o regalías por este contrato y por los derechos que se derivan del mismo.

QUINTA: PLAZO.- La vigencia del presente contrato es indefinida.

SEXTA: DOMICILIO, JURISDICCIÓN Y COMPETENCIA.- Las partes fijan como su domicilio la ciudad de Quito. Toda controversia o diferencia derivada de éste, será resuelta directamente entre las partes y, si esto no fuere factible, se solicitará la asistencia de un Mediador del Centro de Arbitraje y Mediación de la Cámara de Comercio de Quito. En el evento que el conflicto no fuere resuelto mediante este procedimiento, en el plazo de diez días calendario desde su inicio, pudiendo prorrogarse por mutuo acuerdo este plazo, las partes someterán sus controversias a la resolución de un árbitro, que se sujetará a lo dispuesto en la Ley de Arbitraje y Mediación, al Reglamento del Centro de Arbitraje y Mediación de la Cámara de comercio de Quito, y a las siguientes normas: a) El árbitro será seleccionado conforme a lo establecido en la Ley de Arbitraje y Mediación; b) Las partes renuncian a la jurisdicción ordinaria, se obligan a acatar el laudo arbitral y se comprometen a no interponer ningún tipo de recurso en contra del laudo arbitral; c) Para la ejecución de medidas cautelares, el árbitro está facultado para solicitar el auxilio de los funcionarios públicos, judiciales, policiales y administrativos, sin que sea necesario recurrir a juez ordinario alguno; d) El procedimiento será confidencial y en derecho; e) El lugar de arbitraje serán las instalaciones del centro de arbitraje y mediación de la Cámara de Comercio de Quito; f) El idioma del arbitraje será el

español; y, g) La reconvencción, caso de haberla, seguirá los mismos procedimientos antes indicados para el juicio principal.

SÉPTIMA: ACEPTACIÓN.- Las partes contratantes aceptan el contenido del presente contrato, por ser hecho en seguridad de sus respectivos intereses.

En aceptación firman a los 27 días del mes de Marzo del dos mil quince.

f) _____

María Daniela Pilca Julio

C.C. N° 172021066-3

CEDENTE

f) _____

Instituto Superior Tecnológico Cordillera

CESIONARIO

AGRADECIMIENTO

Mi sincero agradecimiento a la Licenciada Adriana Cuascota, quien supo guiarme y apoyarme en la realización y culminación de este proyecto, gracias a su aporte y ayuda desinteresada.

A mis maestros a quienes les debo gran parte de mis conocimientos, gracias a su paciencia y enseñanza y un eterno agradecimiento a este Instituto el cual me dio la oportunidad de prepararme para un futuro competitivo y formarme como un gran ser humano.

DEDICATORIA

Este proyecto lo dedico principalmente a Dios quien me dio las fuerzas y el coraje necesario para no de caer día tras día en el transcurso de mi carrera profesional.

A mis padres y hermanos por su preocupación, sacrificio y apoyo incondicional en todo momento.

Gracias por la confianza depositada en mí para el cumplimiento de cada uno de los retos, y sobre todo por ser el ejemplo a seguir, para sus hijos, por su lucha incansable y trabajo constante de todos los días.

INDICE GENERAL

DECLARATORIA.....	i
CONTRATO DE CESIÓN SOBRE DERECHOS PROPIEDAD INTELECTUAL ..	ii
AGRADECIMIENTO	vi
DEDICATORIA	vii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN EJECUTIVO	xiv
ABSTRACT	xv
CAPÍTULO I.....	1
ANTECEDENTES	1
1.01 CONTEXTO	1
1.01.01 MACRO	2
1.01.02 MESO.....	4
1.01.03 MICRO.....	6
1.02 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL TEMA	7
1.03 ANÁLISIS CRÍTICO DE LA MATRIZ DE FUERZAS T	10
CAPÍTULO II	14
MAPEO DE INVOLUCRADOS	14
ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS.....	16
2.01 ANÁLISIS DE LA MATRIZ DE INVOLUCRADOS	16
CAPÍTULO III.....	20
3.01 ANÁLISIS DEL ÁRBOL DE PROBLEMAS.....	20
3.02 ANÁLISIS DEL ÁRBOL DE OBJETIVOS	21
CAPÍTULO IV	22
4.01 MATRIZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS	22
4.02 MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS	25
4.03 ANÁLISIS DEL DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS.....	29
4.04. ANÁLISIS DE LA MATRIZ DEL MARCO LÓGICO.....	31
CAPÍTULO V.....	38
PROPUESTA.....	38

DATOS INFORMATIVOS	38
5.01. ANTECEDENTES	39
5.02.01 JUSTIFICACIÓN	40
5.02.02 OBJETIVO	41
5.02.02.01 OBJETIVO GENERAL	41
5.02.02.02 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	41
5.02.03 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD	42
5.02.03.01 FACTIBILIDAD ECONÓMICA	42
5.02.03.02 FACTIBILIDAD SOCIO-CULTURAL	42
5.02.03.03 FACTIBILIDAD LEGAL	42
5.02.03.04 FACTIBILIDAD TECNOLÓGICA	42
5.02.04 ORIENTACIÓN PARA EL ESTUDIO (FUNDAMENTACIÓN)	
MARCO TEÓRICO	43
5.02.04.01 LA ALIMENTACIÓN	43
5.02.04.02. IMPORTANCIA DE UNA BUENA ALIMENTACIÓN INFANTIL	44
5.02.04.03. CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS...45	
5.02.04.04 DESARROLLO COGNITIVO Y PROCESO DE APRENDIZAJE 46	
5.02.05 RELACIÓN DE LOS CONTENIDOS	46
5.02.06 METODOLOGIA	47
5.02.06.01 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN	47
5.02.07 TIPO DE INVESTIGACIÓN	47
5.02.08 POBLACIÓN Y MUESTRA	48
5.02.09 PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN	48
5.02.10 ANÁLISIS DE DATOS	50
5.03 FORMULACIÓN DEL PROCESO DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA	60
5.03.01 VIDEO DE MOTIVACIÓN	60
5.03.02 REGLAS DE ORO	60
5.03.03 INTERVENCIÓN DE LA FACILITADORA	60
5.03.04 RETROALIMENTACIÓN	60
CAPÍTULO VI	61
ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	61

6.01 RECURSOS MATERIALES Y TECNOLÓGICOS	61
6.02 PRESUPUESTO	62
6.03. CRONOGRAMA.....	63
CAPÍTULO VII.....	65
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	65
7.01. CONCLUSIONES.....	65
7.02. RECOMENDACIONES	67
ANEXOS	68
ANEXO A:	89
ANEXO B: ENCUESTAS	142
ANEXO C: Registro de asistencia al taller de los padres de familia.	146
ANEXO D: Autorización Socialización de la propuesta.	147
ANEXO E: Certificado Aplicación de la propuesta.....	148
ANEXO F: Fotos Socialización Propuesta.....	149
BIBLIOGRAFÍA	158

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: ¿Considera que el consumo de comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?.....	50
Tabla 2: ¿Para que su hijo consuma todos los alimentos que usted le proporciona le presenta los mismos de forma divertida para que sea de su agrado?	51
Tabla 2: ¿Asiste continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?	52
Tabla 4: ¿Cree usted que los alimentos como las proteínas, carbohidratos y los cereales tienen efectos negativos para buen rendimiento en el aulas de clases de sus hijos?.....	53
Tabla 5: ¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?	54
Tabla 6: ¿Usted como padre de familia conoce sobre la alimentación que su hijo debe recibir?	55
Tabla 7: ¿Cree usted que el consumo de alimentos no saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en el aula de clases?	56
Tabla 8: ¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de grasa, carbohidratos y azucares?.....	57
Tabla 9: ¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?	58
Tabla 10: ¿Cree usted que selecciona adecuadamente los alimentos saludables y no saludables para una correcta alimentación?	59
TABLA N° 11 MATRIZ T	69
TABLA N° 12 MATRIZ DE ANÁLISIS DE INOLUCRADOS	72
TABLA N° 13 MATRIZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS	76
TABLA N° 14 MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS	78
TABLA N° 15 MATRIZ DE MARO LÓGICO	82

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.- ¿Considera que el consumo de comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?.....	50
Figura 2.- ¿Para que su hijo consuma todos los alimentos que usted le proporciona le presenta los mismos de forma divertida para que sea de su agrado?	51
Figura 3.- ¿Asiste continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?	52
Figura 4.- ¿Cree usted que los alimentos como las proteínas, carbohidratos y los cereales tienen efectos negativos para buen rendimiento en el aula de clases de sus hijos?	53
Figura 5.- ¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?	54
Figura 6.- ¿Usted como padre de familia conoce sobre la alimentación que su hijo debe recibir?	55
Figura 7.- ¿Cree usted que el consumo de alimentos no saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en el aula de clase?.....	56
Figura 8.- ¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de grasa, carbohidratos y azúcares?.....	57
Figura 9.- ¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?	58
Figura 10.- ¿Cree usted que selecciona adecuadamente los alimentos saludables y no saludables para una correcta alimentación?	59
FIGURA N° 11 MAPEO DE INVOLUCRADOS	71
FIGURA N° 12 ÁRBOL DE PROBLEMAS	74
FIGURA N° 13 ÁRBOL DE OBJETIVOS	75
FIGURA N° 14 MATRIZ DE ESTRATEGIAS	81

INDICE DE APÉNDICES

APÉNDICE A. MATRIZ T	69
APÉNDICE B. MAPEO DE INVOLUCRADOS	71
APÉNDICE C. MATRIZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS.....	72
APÉNDICE D. ÁRBOL DE PROBLEMAS	74
APÉNDICE E. ÁRBOL DE OBJETIVOS	75
APÉNDICE F: MATRIZ DE ANÁLISIS DE	76

APÉNDICE G. MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS	78
APÉNDICE H. DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	81
APÉNDICE I. MATRIZ DE MARCO LÓGICO	82

RESUMEN EJECUTIVO

Este proyecto de investigación tiene como finalidad brindar ayuda e impartir información a los padres de familia sobre la alimentación adecuada en los niños y niñas de 2 años de edad, para que los niños y niñas puedan desarrollarse de manera adecuada y tengan mejores resultados en el proceso de enseñanza-aprendizaje y por ende un mejor desenvolvimiento en el aula de clase pues se evidencio en el Centro de Desarrollo Infantil Gotael que un cierto porcentaje de padres proporcionaban a sus hijos alimentos no saludables y que no van acorde a la edad de los niños y niñas.

La propuesta es la creación de un recetario con menús diarios en los que consta la elaboración de platos divertidos y llamativos para llamar la atención de los niños y niñas y así motivarlos a consumir alimentos saludables y fáciles para optimizar el tiempo de los padres de familia, haciendo que ellos concienticen sobre la importancia de ofrecer a sus hijos una alimentación correcta y saludable, este trabajo busca fomentar desde muy temprana edad en los infantes hábitos alimenticios correctos que le ayuden a desenvolverse mejor en el Centro de Desarrollo Infantil y en la sociedad, pues es en esta edad que los pequeños van afianzando hábitos y costumbres que perduran a lo largo de su vida.

ABSTRACT

This research project aims to provide support and imparting information to parents on proper nutrition in 2 years old children. They can develop it properly and have better results in teaching and learning process and thus a better development in the classroom because I was evident in Child Development Center Gotael that a certain percentage of parents provided their unhealthy food and do not go according to age children.

The proposal is creating a cookbook with daily menus that comprise the preparation of dishes for fun, bright draw the attention of children and thus encourage them to eat healthy food and easy to optimize time parents. Parents keep in mind that they have to make them the importance of giving their kids a proper and healthy diet, this project promote an early age in infants to correct eating habits that help them perform better in the Child Development Center and society, at this age that children develop and established habits and customs that lasted throughout his life.

CAPÍTULO I

ANTECEDENTES

1.01 CONTEXTO

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura ,FAO, ha realizado proyectos en más de 25 países y misiones en casi 60, ampliando el control a través del Sistema Mundial de información y alerta sobre la alimentación y la agricultura, asesorando sobre políticas a los gobiernos y su apoyo para el aumento la producción de alimentos.

El Programa Especial para la Seguridad Alimentaria es una idea de la FAO para disminuir a la mitad el número de personas que sufren hambre en el mundo para el 2015 1,000 millones de personas aproximadamente serian beneficiadas, es uno de los principales objetivos a cumplir al formar parte de esta organización. En más de 100 países este programa incentiva solucionar eficazmente el hambre, la desnutrición y la pobreza. En la actualidad 102 países forman parte del mencionado proyecto, 30 de estos se han interesado en hacer de estos un bosquejo a nivel nacional. Promoviendo que cada uno de estos países ejecuten estos programas teniendo como principales actores a su pueblo lo que dará como resultado una mejor calidad de vida para los habitantes.

La desnutrición es un síndrome conocido desde hace muchos años que proviene de un desequilibrio entre el aporte de nutrientes a los tejidos, generalmente producido por una dieta inapropiada. Una consecuencia de la desinformación sobre una adecuada nutrición es el retraso del crecimiento es decir cuando los niños no están acorde con la estatura de sus otros compañeros en torno a la misma edad.

Es primordial que la madre mantenga una buena nutrición durante el embarazo puesto que esto garantiza un bebe sano. La Organización Mundial de la Salud, OMS, recomienda que el único alimento que los niños menores de 6 meses deban consumir la leche materna para luego complementarla con otros alimentos. La nutrición es uno de los componentes fundamentales en el desarrollo tanto físico como intelectual de los niños y niñas de 2 años de edad tomando en cuenta que esto permitirá fortalecer su sistema inmunológico lo que disminuiría el riesgo de contraer enfermedades que afecten a su desarrollo y crecimiento.

1.01.01 MACRO

Según la FAO los países de América Latina y del Caribe cuentan con la producción de alimentos necesarios para el consumo de sus habitantes, sin embargo un 16 % de la población sufre de desnutrición, misma que se produce por la pobreza, la desigualdad social y principalmente por la falta de interés de sus gobiernos por brindar una alimentación de calidad.

Es importante conocer sobre la desnutrición crónica la cual es el déficit de talla para la edad, como indicador adicional al de desnutrición global la cual es el déficit

de peso para la edad, pues en estos lugares la desnutrición crónica afecta a 8,8 millones de niños menores de 5 años que representan un 16%, lo que da a notar que durante el embarazo y hasta los 3 años de edad las madres no proporcionan una alimentación de calidad pues en esta edad se debe brindar mejores oportunidades de desarrollo.

La desnutrición en niños menores de cinco años es una de las causas principales de muerte en los pequeños, esta también afecta a su desarrollo cognitivo y puede tener graves problemas de por vida. A nivel mundial existen 480 millones de personas que sufren desnutrición crónica, aproximadamente el 10.5% de la población mundial. GARCIA M, (2004) en su libro Atención Nutricional Infantil, manifiesta: “El nuevo patrón demuestra que las diferencias en el crecimiento infantil hasta los cinco años dependen más de la nutrición, las prácticas de alimentación, el medio ambiente y la atención sanitaria que de los factores genéticos o étnicos” (p.45)

Es importante la calidad, la higiene de los alimentos y los hábitos alimenticios que se les proporcionan a los niños y niñas durante su crecimiento pues de estos depende el adecuado crecimiento de los pequeños y por ende un correcto desenvolvimiento en la vida cotidiana.

En América Latina, más del 50% de los niños menores de 6 años sufren de desnutrición, pero gracias a una alimentación adecuada se disminuye el riesgo de contraer enfermedades tales como el retraso del crecimiento, la obesidad, la anemia.

En el mundo existen 165 millones de niños con retraso del crecimiento por una escasez de alimentos, por una dieta pobre en vitamina A y minerales según las cifras de 2011 de la Organización Mundial de la Salud. Cuando el crecimiento no es el adecuado disminuye el desarrollo cerebral lo que evitará que el niño tenga un buen desenvolvimiento en su aprendizaje. Las tasas de retraso del crecimiento entre los niños son más elevadas en África y Asia. La OMS en su estudio Patrones de crecimiento 2007, que es el parámetro que la organización propone indica que: “un menor de cinco años debe medir entre 1,00 y 1,20 metros.

Al proporcionarles una adecuada alimentación, rica en nutrientes, minerales y vitaminas a los niños menores de 6 años se está limitando la aparición de ciertas enfermedades graves que pueden evitar el correcto desarrollo cognitivo y consecuentemente dificultades en su aprendizaje.

1.01.02 MESO

En el Ecuador se realizó un estudio en un consultorio médico de la ciudad de Babahoyo en el periodo de Enero a Diciembre del 2007, para conocer los índices sobre el estado nutricional de los niños menores de 5 años. Para lo cual se utilizaron técnicas que medirían el peso en relación a la talla, la talla en relación a la edad y el peso para la edad que dieron como resultado que los infantes menores de un 1 año presentaron un 14% de desnutrición y el grupo de niños de 1 a 4 años reflejaron un 26 % de desnutrición de un total de 40642 niños entre los cuales fueron separados del estudio aquellos niños que tenían algún tipo de enfermedad congénita.

Con el estudio realizado se pudo obtener un porcentaje de 7.9% tomando en cuenta el peso para la talla, en estos existen casos con algún grado de desnutrición, en el caso del peso para la edad se encontró un 5.7% de desnutrición. El fin de la campaña "Acción Nutrición, hacia la desnutrición cero" es eliminar la desnutrición crónica en niños menores de 1 año hasta el 2015, además de disminuir hasta el 50% en el 2013 la anemia entre menores de 5 años.

En el año 2012 Ecuador utilizó 34 millones de dólares para prevenir y reducir la desnutrición infantil, que afecta a más del 20 % de los niños. Según datos de la Encuesta de Condiciones de Vida, CV, del Instituto Nacional de Estadística y Censo, INEC, la desnutrición crónica en el país afecta al 26 % de los niños, en la Sierra del 42% al 50,5%, lugar donde existen las tasas más altas. El proyecto comenzó en el 2009 en lugares de la Sierra como Chimborazo, Tungurahua, Bolívar, Cotopaxi, Cañar, Imbabura. Mientras que en el 2011 en Manabí, Manta y Guayaquil, en la Costa, y en la capital, Quito, y el 2012 se divulgó hasta Azuay y Loja.

Se ha podido evidenciar que existen muchos infantes menores de 5 años de edad con un nivel alto de desnutrición en el Ecuador puesto que no existe una concientización por parte de las familias ecuatorianas con respecto a proporcionales una alimentación de calidad a sus hijos.

Ecuador redujo la tasa de desnutrición en los pequeños de 5 años en un 18%. El Observatorio de los Derechos de la Niñez y Adolescencia, ODNA, señala que en los años ochenta la desnutrición registró un 41% del total de los niños y niñas, mientras

que en el año 2011 bajo al 23%, la desnutrición aguda constituye el 2%, mientras que la desnutrición crónica el 22,6%.

Un niño en edad preescolar que este desnutrido tendrá baja concentración y rendimiento, estará más propenso a sufrir enfermedades crónicas y transmisibles. En el futuro podría ser un adulto con pocas oportunidades y en su vejez estos padecimientos se profundicen. El Ministerio de Salud plantea métodos para el cuidado de la buena alimentación de los niños y niñas de 0 a 5 años tales como la lactancia materna, el banco de leche para niños y niñas de 0 a 2 años de edad, el control de la anemia, también se incentiva una dieta saludable, la actividad física. La lucha en contra de la desnutrición es un trabajo en conjunto con el Ministerio de Salud Pública, educación y vivienda.

Brindarles una adecuada alimentación a los niños y niñas menores de 5 años es un trabajo en conjunto tanto de los padres de familia como de los docentes pues ellos son los encargados de proporcionarles alimentos nutritivos para así ir desarrollando buenos hábitos alimenticios que le ayudarán en su vida futura.

1.01.03 MICRO

Al norte de la ciudad de Quito se encuentra ubicado el centro de desarrollo infantil Gotitas de Colores Gotael en las calles Santa Teresa N65- 34 y José H. Figueroa, sector de Cotocollao en el que se evidenció que existe una inadecuada alimentación en los niños y niñas de 2 años de edad implementada por parte de los

padres de familia, por lo que se propone la realización de un proyecto que ayudará a desarrollar hábitos y costumbres de alimentación orientados a lograr cambios tanto en los niños como en los padres de familia con el fin de prevenir posibles consecuencias graves por la falta de nutrientes en el desarrollo de los infantes, modificando de esta forma las prácticas alimentarias hacia una cultura alimentaria saludable en los hogares.

1.02 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL TEMA

Es primordial desarrollar un proyecto que capacite a los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Gotael sobre una adecuada y correcta nutrición dando a conocer un recetario con los menús saludables para lograr que los niños y niñas tengan un buen desarrollo físico y cognitivo porque de esto dependerá en gran medida que logren desarrollar sus capacidades, habilidades y destrezas para poder cumplir con sus actividades normalmente.

La nutrición es uno de los componentes más importantes en el desarrollo y crecimiento de los niños de 2 años porque en esta edad se dan dando cambios a nivel físico e intelectual por lo que es fundamental que reciba una correcta nutrición durante sus primeros años de vida porque se encuentran en un proceso de crecimiento constante en donde se deben incorporar una serie de alimentos que contengan los nutrientes necesarios que les permitan crecer sanos y fuertes.

La adecuada nutrición en los pequeños va a permitir que no existan casos de desnutrición en el Centro de Desarrollo Infantil Gotael y en los hogares, porque

tanto los docente y los padres de familia tendrán conocimientos necesarios para alimentar de forma adecuada a los niños y niñas; a la vez que le ayudarán para que tengan mejores resultados en sus procesos de enseñanza y aprendizaje. La correcta nutrición les brinda la oportunidad de tener una buena calidad de vida, su sistema inmunológico se ve más fortalecido y lo más importante evitará que en el crecimiento de los niños y niñas se desarrollen enfermedades o trastornos durante su crecimiento.

En el Plan Nacional del Buen Vivir 2013 – 2017 en el objetivo 3. Mejorar la calidad de vida de la población: Políticas y lineamientos estratégicos 3.6. Promover entre la población y en la sociedad hábitos de alimentación nutritiva y saludable que permitan gozar de un nivel de desarrollo físico, emocional e intelectual acorde con su edad y condiciones físicas. En su literal F; Desarrollar e implementar mecanismos que permitan fomentar en la población una alimentación saludable, nutritiva y equilibrada, para una vida sana y con menores riesgos de malnutrición y desórdenes alimenticios.

En el Código de la Niñez y Adolescencia en el Capítulo II Art. 27 menciona el Derecho a la salud.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual. El derecho a la salud de los niños, niñas y adolescentes comprende: Acceso gratuito a los programas y acciones de salud públicos, a una nutrición adecuada y a un medio ambiente saludable.

Mediante el presente proyecto se pretende obtener que todos los niños y niñas de 2 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil Gotael puedan verse beneficiados en su desarrollo cognitivo gracias a la implementación de una alimentación adecuada por parte de los padres de familia

1.03 ANÁLISIS CRÍTICO DE LA MATRIZ DE FUERZAS T

En el análisis de la matriz "T" se encuentra la situación actual que es nutrición inadecuada implementada por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad pero si no se realiza nada para evitar esto daría como resultado una situación empeorada que es niños y niñas con un inadecuado desarrollo cognitivo, a la vez se plantea una situación mejorada que es niños y niñas con un adecuado desarrollo cognitivo.

Dentro de la situación empeorada están las fuerzas impulsadoras estas permitirán que no existan niños y niñas con un inadecuado desarrollo cognitivo. Para ello están las capacitaciones continuas para los padres de familia sobre una adecuada alimentación que en la intensidad se asigna un rango de 1, pues no existen capacitaciones para este tipo de temas y en el potencial de cambio tiene un rango de 4, para que se incentiven las capacitaciones que permitan hacer que los padres de familia alimenten de una forma adecuada a sus hijos.

Una de las fueras impulsadoras es la presentación de un video preventivo para los padres de familia sobre las causas y consecuencias de una mala alimentación para el desarrollo cognitivos de los pequeños que en la intensidad se asigna un rango de 1, porque no se promueven videos sobre una adecuada nutrición y en el potencial de cambio tiene un rango de 4, porque mediante este video los padres de familia

conocerán las innumerables situaciones que se pueden evitar gracias a una adecuada alimentación.

Folletos informativos sobre la importancia de una adecuada alimentación que en la intensidad se asigna un rango de 1, porque no se realizan este tipo de folletos sobre la alimentación y en el potencial de cambio tiene un rango de 4, para motivar la creación de estos folletos con información sobre los alimentos que deben consumir los pequeños.

Elaboración y socialización de un recetario con los menús saludables sobre la alimentación para los padres de familia que en la intensidad se asigna un rango de 2, pues si existen un determinado porcentaje de recetas de la nutrición pero no se pone énfasis en los menús saludables y en el potencial de cambio tiene un rango de 4, que permita que se dé a conocer con mayor frecuencia las recetas con los menús para la alimentación de los pequeños.

Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de la nutrición mediante la elaboración del menú de un día con los padres de familia que en la intensidad se asigna un rango de 1, porque muchos de los padres no conocen que alimentos y que porcentajes deben consumir los infantes a diario y en el potencial de cambio tiene un rango 4, para que conozcan más sobre los alimentos la importancia de consumir ciertos alimentos a diario.

En relación a la situación mejorada están las fuerzas bloqueadoras que impiden que no existan niños y niñas con un adecuado desarrollo cognitivo.

Limitada asistencia de los padres de familia a las capacitaciones que en la intensidad se le da un rango de 5, porque existe una despreocupación por parte de los padres de familia por asistir a las capacitaciones y en el potencial de cambio tiene un rango de 1, para que por medio del proyecto disminuyan la inasistencia a las capacitaciones.

Desinterés por medio de los padres de familia sobre el video informativo que en la intensidad se le da un rango de 4, puesto que el núcleo familiar no conoce las causas y consecuencias de una mala alimentación y en el potencial de cambio tiene un rango de 1, para disminuir el desinterés por informarse sobre la mala alimentación.

Desinterés por parte de los padres de familia sobre la información presentada en los documentos que en la intensidad se le da un rango de 4, puesto que no le dan la debida importancia a la información presentada en tal documento y en el potencial de cambio se da un rango de 1, porque todos los padres de familia les preocuparán por conocer el tipo de alimentación que sus hijos necesitan.

Algunos padres de familia no seleccionan de forma adecuada los alimentos saludables y no saludables que en la intensidad se le da un rango de 5, pues no conocen que alimentos son importantes para la alimentación de sus hijos y en el potencial de cambio tiene un rango de 1, porque los padres de familia podrán conocer que alimentos les permitirá tener una mejor desarrollo intelectual.

Desconocimiento de los padres de familia sobre que alimentos proporcionarles en las diferentes horas de comida en la intensidad se le da un rango de 4, puesto que en

su mayoría los padres de familia desconocen que alimentos deben consumir los pequeños en el potencial de cambio se da un rango de 2, para que todos los padres de familia puedan conocer los alimentos más importantes para sus hijos.

(VER APÉNDICE A)

CAPÍTULO II

MAPEO DE INVOLUCRADOS

En el análisis del mapeo de involucrados se encuentra como parte principal el problema central que es una nutrición inadecuada implementada por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.

Como primer involucrado está el Estado porque se encarga de promover constantemente capacitaciones en las que se especifica la importancia de una correcta alimentación para el óptimo desarrollo intelectual de los pequeños por medio de otras entidades y organizaciones del gobierno.

También está la comunidad educativa en la que forman parte de esta los docentes y los directivos considerando que los niños y niñas conviven con ellos la mayor parte del tiempo durante el día y su alimentación también está a cargo de ellos, y los padres de familia pues ellos son los responsables de proveerles alimentos nutritivos y adecuados a su edad, es decir es un trabajo en conjunto tanto los padres de familia como los docentes y directivos de las instituciones educativas.

Otra entidad involucrada es el Ministerio de Salud Pública con los profesionales interdisciplinarios como son los nutricionistas quienes se encargan de brindar sus

conocimientos a los padres de familia sobre que alimentos son los necesarios para que los niños y niñas se alimenten de forma correcta.

Está como entidad involucrada el Ministerio de Telecomunicaciones y Sociedad de la Información, quien se encarga de impartir anuncios promoviendo una nutrición correcta para todos los niños y niñas de 0 a 5 años de edad lo que ayuda a que los padres de familia concienticen sobre la importancia de la alimentación.

El Ministerio de Inclusión Económica y Social, (MIES) y el Centro de Desarrollo Infantil puesto que estos están regulados por el ministerio quien se encarga de verificar que se les brinde a los niños y niñas una buena calidad de vida en torno a su alimentación, los cuidados que deben recibir y el ambiente en el cual se deben desarrollar para permitirles tener un desarrollo cognitivo adecuado.

El Ministerio de Coordinación Social propone la elaboración de proyectos a nivel de la ciudad de Quito promoviendo una alimentación complementaria y adecuada para los niños y niñas de 2 años de edad, realizando campañas en las que se indican que alimentos y que porcentajes de los mismos deben consumir los niños y niñas considerando la etapa de desarrollo en la que se encuentren. Por último se tiene el ITSCO porque facilita la realización de este tipo de proyectos que aporten a los Centros de Desarrollo Infantil, a mejor la manera en cómo se alimenta a los niños y niñas lo cual aporta en el desarrollo intelectual acorde a su edad.

(VER APÉNDICE B)

ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

2.01 ANÁLISIS DE LA MATRIZ DE INVOLUCRADOS

En la matriz de análisis de involucrados se encuentra como primer actor involucrado el Estado el cual tiene como interés sobre el problema actual promover capacitaciones sobre una adecuada nutrición que ayude al correcto desarrollo intelectual de los niños y niñas de 2 años de edad, en los problemas percibidos están los padres de familia con escasos conocimientos de una alimentación correcta para sus hijos, en los recursos, mandatos y capacitaciones se encuentra el ministerio de salud pública, el código de la niñez y adolescencia en el capítulo V del art. 2.

Del Derecho de los alimentos.- El derecho de alimentos es con-natural de la relación parento-filial está relacionado con el derecho a la vida, la supervivencia y una vida digna. Implica la garantía de proporcionar los recursos necesarios para la satisfacción de las necesidades básicas de los alimentos que incluye:

1. Alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente;
2. Salud integral: prevención, atención médica y provisión de medicinas;
3. Educación:
4. Cuidado

En el interés sobre el proyecto es fomentar el conocimiento en los padres de familia sobre una adecuada nutrición en los niños y niñas y se considera como conflictos potenciales la inasistencia de algunos padres de familia a las capacitaciones sobre una alimentación correcta en los niños y niñas de 2 años de edad promovidas por el Estado.

Como segundo actor involucrado se encuentran los padres de familia que tienen un interés sobre el problema actual que es lograr un correcto desarrollo cognitivo de los niños y niñas. En los problemas percibidos, una inadecuada nutrición implementada por el núcleo familiar, dentro de los recursos, mandatos y capacitaciones se cuenta con la ayuda de los docentes, el núcleo familiar y la constitución política del Ecuador en el Art.44.

El artículo indica que el Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria, el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se entenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas.

En el interés sobre el proyecto es obtener una información apropiada para garantizar el desarrollo y crecimiento de los niños y niñas pero en los conflictos potenciales puede presentarse la adquisición de alimentos inapropiados para el consumo de los infantes.

El tercer actor involucrado es el Centro de Desarrollo Infantil que presenta como interés sobre el problema actual niños y niñas sin problemas de nutrición que permita

un correcto desarrollo intelectual, en los problemas percibidos niños y niñas con un escaso desarrollo en sus habilidades y capacidades que con la ayuda de los recursos, mandatos y capacidades como los docentes, los profesionales interdisciplinarios y la constitución política del Ecuador en su Art. 45.

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

Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad dignidad.

El Centro de Desarrollo Infantil tiene un interés sobre el proyecto que es socializar el tema por medio de capacitaciones promoviendo información que permita brindarles a los pequeños una alimentación correcta y en los conflictos potenciales una información inadecuada de los padres de familia sobre el tema.

El cuarto actor involucrado es el Ministerio de Salud que su interés sobre el problema es propiciar campañas de alimentación en las que se incentiven un desarrollo intelectual acorde a la edad de los niños y niñas que les permita desenvolverse de una forma adecuada, en los problemas percibidos es una información inadecuada en la sociedad en relación al tema que con la ayuda de los recursos, mandatos y capacidades como el Centro

de Salud Pública y la Constitución Política del Ecuador Art. 66 en su literal 2 El derecho a una vida digna que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios.

En el interés sobre el proyecto es impartir información al núcleo familiar para promover el desarrollo intelectual de los niños y niñas y en los conflictos potenciales es una poca disponibilidad de tiempo de los profesionales para impartir sus conocimientos.

El último actor involucrado es el ITSCO el interés sobre el problema actual que este tiene es que las estudiantes se involucren en el desarrollo de estos proyectos, pero se dan también los problemas percibidos que puede ser una desinformación por parte de las alumnas sobre el tema, en los recursos, mandatos y capacitaciones se cuenta con la ayuda de las autoridades, docentes, estudiantes, código interno del ITSCO, que su interés sobre el proyecto es proporcionar información al instituto, pero en los conflictos potenciales pueden existir que el cdi no tenga una aplicación permanente y continua del proyecto.

(VER APÉNDICE C).

CAPÍTULO III

3.01 ANÁLISIS DEL ÁRBOL DE PROBLEMAS

En el árbol de problemas se encuentra el problema central que es una nutrición inadecuada implementada por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad, esto es provocado por las siguientes causas que es el exceso de consumo de comida inapropiada implementada por parte del núcleo familiar, ocasionado por el desconocimiento por parte de los padres de familia sobre una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad, como consecuencia los niños y niñas no reciben los alimentos apropiados que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.

Estas causas desencadenan efectos provocando que existan niños y niñas con problemas para desenvolverse de forma adecuada en el aula de clase, dando origen a niños y niñas con un limitado rendimiento dentro de las aulas de clases, es decir niñas y niños con bajos niveles de concentración y atención por una incorrecta alimentación.

(VER APÉNDICE D).

3.02 ANÁLISIS DEL ÁRBOL DE OBJETIVOS

En el árbol de objetivos se encuentra el problema central que es fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad, que es motivado por los siguientes medios que es disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte de su núcleo familiar logrando una concientización en los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas, para propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.

Estos medios tienen como objetivo cumplir los fines que es contribuir para que los niños y niñas se desarrollen de forma adecuada dentro del aula de clases, para que de esta manera se pueda promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas, logrando así describir los alimentos que son adecuados para una correcta alimentación y que aporten para un buen rendimiento dentro del aula de clase.

(VER APÉNDICE E).

CAPÍTULO IV

4.01 MATRIZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS

En la matriz de análisis de alternativa se toman en cuenta cinco aspectos a ser analizados: impacto sobre el propósito, factibilidad técnica, factibilidad financiera, factibilidad social y factibilidad técnica.

En el objetivo fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad que en el impacto sobre el propósito se asigna un rango de 4, porque que se pretende enfatizar más en que los padres de familia les proporcionen a los niños y niñas alimentos adecuados, en la factibilidad técnica se asigna un rango de 4, porque existen medios para obtener información y cumplir el objetivo propuesto, en la factibilidad financiera se asigna un rango de 4, porque que se cuentan con los recursos económicos necesarios para solventar los gastos que implican cumplir con el objetivo, en la factibilidad social se asigna un rango de 4, porque el Centro de Desarrollo Infantil y el ITSCO se interesan por el desarrollo del mismo en beneficio de los niños y niñas.

La factibilidad política se asigna un rango de 4 porque se respetan las normas y reglas de cada institución tanto del Centro de Desarrollo Infantil como del Instituto Tecnológico Superior Cordillera.

El objetivo disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte de su núcleo familiar que en el impacto sobre el propósito se asigna un rango de 4, porque el núcleo familiar tendrá amplios conocimientos sobre una adecuada nutrición, en la factibilidad técnica se asigna un rango de 4, porque se conocen métodos que permiten poner en práctica la información sobre la alimentación, en la factibilidad financiera se asigna un rango de 4, porque se cuenta con el financiamiento para impulsar la investigación del tema, en la factibilidad social se asigna un rango de 4, porque los niños y niñas podrán tener una mejor desarrollo en el aspecto cognitivo y la factibilidad política se asigna un rango de 4, porque se respetan las disposiciones de las dos instituciones en torno a la presentación del proyecto.

En el objetivo concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad que en el impacto sobre el propósito se asigna un rango de 4, porque que se los padres de familia se interesan en brindar una mejor calidad de los alimentos a los niños y niñas, en la factibilidad técnica se asigna un rango de 4, porque la información e investigación del tema permitirá guiar a los padres de familia sobre la alimentación, en la factibilidad financiera se asigna un rango de 4, porque se cuenta con los recursos económicos necesarios para el cumplimiento del objetivo, en la factibilidad social se asigna un rango de 4, porque el Instituto Tecnológico Superior Cordillera se interesa en aplicación de este objetivo, pues son de suma importancia para el desarrollo de los niños y niñas y la factibilidad política se asigna un rango de 4, porque al cumplir este objetivo se respetan las ordenes impuestas por las instituciones a las que pertenecemos.

El objetivo propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva, que en el impacto sobre el propósito se asigna un rango de 4, porque los padres de familia se preocupan por un adecuado desarrollo de los niños y niñas, en la factibilidad técnica se asigna un rango de 4, porque la información presentada ayudará a promover una correcta alimentación por parte de los padres de familia, en la factibilidad financiera se asigna un rango de 4, porque se cuenta con los recursos económicos para el desarrollo del objetivo, en la factibilidad social se asigna un rango de 4, porque los niños y niñas tendrán un mejor desempeño en el ámbito educativo, la factibilidad política se asigna un rango de 4, porque al brindarles una buena alimentación se estarían respetando los derechos de los niños y niñas.

El objetivo promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas en el impacto sobre el propósito se asigna un rango de 4, porque los padres de familia proveerán alimentos adecuados a los niños y niñas que les ayude a desarrollar su concentración y atención, en la factibilidad técnica se asigna un rango de 4, porque se practicarán técnicas apropiadas para la preparación de los alimentos que garanticen el desarrollo del área cognitiva, en la factibilidad financiera se asigna un rango de 4, porque se tiene el recurso necesario para cumplir el objetivo propuesto, en la factibilidad social se asigna un rango de 4, porque los niños y niñas al estar mejor alimentados su proceso de aprendizaje será mejor, la factibilidad política se asigna un rango de 4, porque de esta manera los niños y niñas mejorarán sus destrezas lo que significa un mejor desempeño en el Centro de Desarrollo Infantil.

(VER APÉNDICE F).

4.02 MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS

En la matriz de análisis de impacto de alternativas se presentan los objetivos que son:

Fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad en la factibilidad de lograrse pretende que el núcleo familiar sea consciente con la nutrición adecuada de los niños y niñas, al que se le asigna 4, porque los padres de familia se darán cuenta la importancia de una correcta alimentación, en el impacto de género que se respeten los derechos humanos incluyendo a los niños, niñas y adolescentes, se le asigna 4, porque por medio de este objetivo la calidad de vida de los niños y niñas mejoraría.

En el impacto ambiental se quiere lograr el mejoramiento del rendimiento escolar de los niños y niñas, al que se le asigna 4, puesto que por medio de la alimentación los niños se desempeñarán mejor en el ámbito educativo, en la relevancia obtener niños y niñas con adecuadas capacidades intelectuales, se le asigna 4, porque la alimentación adecuada hará que los niños y niñas sean capaces de desarrollar todas sus destrezas de forma correcta y en la sostenibilidad lograr que los padres de familia estén en constantes capacitaciones sobre el tema, se le asigna 4, porque de esta forma irán adquiriendo más información acerca del tema

Propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva, en la factibilidad de lograrse esta la implementación de alimentos apropiados para el consumo de los niños y niñas, se le asigna 4, porque se les proveerá alimentos que ayuden a desarrollar su capacidad intelectual, en el impacto de género se beneficia positiva y directamente a los niños y niñas, se le asigna 4, porque la alimentación irá acorde a las necesidades de los niños y niñas.

En el impacto ambiental se trata de mejorar el desempeño de los niños y niñas en el ámbito educativo al que se le asigna 4, porque se verán resultados positivos en los procesos de enseñanza-aprendizaje, en la relevancia es promover un óptimo desarrollo del área cognitiva de los niños y niñas, se le asigna 4, porque los niños y niñas podrán desarrollar las actividades académicas sin dificultades, en la sostenibilidad es que los padres de familia contarán con conocimientos necesarios sobre la alimentación mediante la aplicación constante del proyecto, se le asigna 4, porque proporcionaran alimentos importantes para el mejorar el desarrollo intelectual.

Disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte de su núcleo familiar, en la factibilidad de lograrse es que los padres de familia sean conscientes del tipo de alimentación que deben brindar a los niños y niñas, se le asigna 4, porque los alimentos que se les va a proporcionar a los niños y niñas serán escogidos correctamente por los padres de familia, en el impacto de género que los padres de familia estén altamente capacitados para ofrecer una correcta alimentación a los

niños y niñas, se le asigna 4, porque los padres de familia tendrán todos los conocimientos necesarios sobre la alimentos de los niños y niñas.

En el impacto ambiental lograr un mejor desenvolvimiento de los niñas y niñas en su entorno educativo y social al que se le asigna 4, porque no presentaran dificultades para desempeñarse en la educación inicial, en la relevancia es brindar a los niños y niñas alimentos que estén acorde a su edad, se le asigna 4, porque los alimentos que consumirán los niños y niñas aportarán a su adecuado desarrollo y en la sostenibilidad es un trabajo conjunto entre los padres de familia y docentes creando ambientes y espacios que promuevan una adecuada nutrición de forma continua, se le asigna 4, porque existirá preocupación y colaboración por asegurar un adecuado desarrollo intelectual.

Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad, en la factibilidad de lograrse es que los padres de familia proveen alimentos adecuados para una correcta salud nutricional de sus hijos, se le asigna 4, porque disminuirá el consumo de comida chatarra, en el impacto de genero que los padres de familia proveen alimentos adecuados a los niños y niñas, se le asigna 4, porque se fomentará el consumo de alimentos nutritivos.

En el impacto ambiental obtener niños y niñas con mayores habilidades motoras para desenvolverse en el Centro de Desarrollo Infantil, se le asigna 4, porque su desenvolvimiento en el mismo será el adecuado, en la relevancia que los niños y niñas podrán tener una vida más saludable, se le asigna 4, porque su nutrición será

solo con alimentos adecuados y en la sostenibilidad lograr padres de familia preocupados e interesados en fomentar el consumo de alimentos nutritivos en la vida de los niños y niñas, se le asigna 4, porque será contante el interés por una correcta nutrición.

Promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas., en la factibilidad de lograrse los padres de familia proporcionan a los niños y niñas alimentos adecuados, se le asigna 4, porque serán conscientes del tipo de alimentación de los niños y niñas, en el impacto de genero esta la preocupación por mejorar el tipo de alimentación que los niños y niñas reciben, se le asigna 4, porque existe un interés por brindar un adecuada nutrición en el impacto ambiental se podrá observar menos problemas en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas, se le asigna 4, porque la alimentación contribuirá a evitar posibles dificultades para los niños y niñas.

En la relevancia están los padres de familia y docentes con conocimientos necesarios para aportar a un óptimo desarrollo intelectual de los niños y niñas, se le asigna 4, porque habrá una colaboración tanto en el hogar como en el Centro de Desarrollo Infantil para proveerles una alimentación adecuada, en la sostenibilidad que los padres de familia conozcan el tema y emplean sus conocimientos en forma correcta, se le asigna 4, porque este tipo de alimentación será impartida constantemente.

(VER APÉNDICE G)

4.03 ANÁLISIS DEL DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS

En la matriz del diagrama de estrategias se encuentra conformado por la finalidad, el propósito y los componentes.

El propósito que es fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.

Esto se puede lograr por los siguientes componentes: el primero que es acerca de la disminución del consumo de comida inapropiada implementada por el núcleo familiar en la cual se realizaran actividades que permitan desarrollar este objetivo como son elaboración de trípticos con información sobre la importancia de una adecuada alimentación, aportara con consejos sobre la alimentación mediante un cubo didáctico, y presentación de platos nutritivos y divertidos.

El segundo componente es propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva en las que se establecen actividades como la elaboración de un recetario con los menús saludables, informar sobre la pirámide alimenticia mediante un rompecabezas didáctico y la elaboración de platos nutritivos.

Y el tercer componente es concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad para el cual se presentan actividades como la elaboración del menú que debe consumir un niño y niña durante un día con los padres de familia, la capacitación para los padres de familia acerca de una adecuada alimentación y la presentación de tarjetas didácticas con los distintos alimentos y sus derivados para la concientización de la importancia de una adecuada alimentación en los niños y niñas

Al desarrollar estos componentes y actividades se estará trabajando para lograr así la finalidad que es promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas, lo cual les dará la oportunidad desenvolverse adecuadamente en la sociedad.

(VER APÉNDICE H).

4.04. ANÁLISIS DE LA MATRIZ DEL MARCO LÓGICO

La matriz del marco lógico está conformada por la finalidad, los indicadores, los medios de verificación y los supuestos.

Al desarrollar la matriz comenzamos con la finalidad que es promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas.

En los indicadores, que por mediante la concientización de los padres de familia se podrá promover que los niños y niñas mantengan una alimentación que favorezca su concentración y atención. Esto se dará a futuro porque cuando se socializó el recetario el 100% de los padres de familia no conocían sobre los beneficios que aporta una adecuada alimentación para el desarrollo del área cognitiva, después de la socialización el 67% de los padres de familia reconocieron la importancia de una adecuada alimentación, lo cual permitirá que los padres de familia concienticen sobre la correcta alimentación en los niños y niñas.

En los medios de verificación están los registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO y en los supuestos que el Ministerio de Inclusión Económica y

Social exige al menos una vez al mes una capacitación sobre la adecuada nutrición en los niños y niñas en cada uno de los Centros de Desarrollo Infantil.

El propósito es fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.

Como indicador esta que los padres de familia tengan las herramientas esenciales para proveerles a sus hijos una correcta alimentación. La idea principal es impartir los conocimientos necesarios para que los padres de familia en el futuro sepan que alimentos necesitan sus hijos, al desarrollar el taller el 95% de los padres de familia no fomentaban una adecuada alimentación en los niños y niñas y después del taller el 90% de los padres de familia tiene las bases necesarias para una correcta alimentación lo que dará como resultado que provean a los niños y niñas una alimentación adecuada a la edad de los infantes.

En los medios de verificación los registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO. Y en los supuestos los padres de familia asisten continuamente a capacitaciones sobre una adecuada alimentación.

El primer componente es disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte del núcleo familiar.

En los indicadores esta una alimentación sana y completa acorde a las necesidades de los niños y niñas de 2 años de edad. Antes de la socialización del

recetario el 62% de los padres de familia no conocían que alimentos son los necesarios para el crecimiento de sus hijos, después de la realización del taller el 81% de los padres consideraron que eliminaran el consumo de la comida chatarra. Este indicador permitirá que los padres de familia se preocupen por consumir alimentos nutritivos disminuyendo así el consumo de comida inapropiada.

En los medios de verificación son los registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO. Y en los supuestos es proveer un listado de los alimentos adecuados que los niños y niñas deben consumir todos los días.

El segundo componente es propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.

En los indicadores los padres de familia proporcionan alimentos que contribuyen a un adecuado nivel cognitivo de los niños y niñas. Al socializar el taller el 86% de los padres de familia no proporcionaban a sus hijos alimentos adecuados, al realizar la socialización el 95% de los padres de familia se preocuparán por brindarles a sus hijos una alimentación nutritiva y de calidad, esta información lo que pretende es concientizar a los padres de familia para que sepan los beneficios que les traería para sus hijos el brindarles una buena alimentación y por ende un mejor desempeño en el ámbito educativo.

En los medios de verificación están los registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo

Infantil y del ITSCO. Y en los supuestos el Centro de Desarrollo Infantil Gotael realiza constantes talleres sobre la alimentación de los niños y niñas de 2 años dirigidos a los padres de familia.

El tercer componente es concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad.

En los indicadores es sensibilizar a los padres de familia sobre la alimentación que sus hijos consumen para obtener un mejor desenvolvimiento de los niños y niñas en los ámbitos sociales y cognitivos. Antes de socializar el recetario el 86% de los padres de familia no eran conscientes de la alimentación de sus hijos, después de socializar el taller el 81% de los padres de familia concientizaron sobre la importancia de una adecuada nutrición para los niños y niñas, lo importante aquí es que por medio de este recetario los padres de familia tengan una guía que les ayude e incentive a proveer a los niños y niñas alimentos correctos y así evitar dificultades en el desarrollo de sus hijos.

En los medios de verificación son los registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO. Y en los supuestos es fomentar capacitaciones por parte del Centro de Desarrollo Infantil mediante un especialista en el tema, dirigidas a los padres de familia.

También están las actividades que se van a realizar en cada uno de los componentes, el en caso del primer componente es la elaboración de trípticos con

información sobre la importancia de una adecuada alimentación, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos, en los supuestos es el reducido número de padres de familia que asisten a las capacitaciones que realizará el Centro de Desarrollo Infantil.

La segunda actividad para este componente es aportar con consejos sobre la alimentación mediante un cubo didáctico, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos, en los supuestos los padres de familia con más conocimientos necesarios para brindar a sus hijos una adecuada alimentación.

La tercera actividad es la presentación de platos nutritivos y divertidos, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos, en los supuestos brindar a los padres opciones para poder incentivar el consumo de los alimentos en sus hijos.

Las actividades del segundo componente son: la elaboración de un recetario con los menús saludables, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos en los supuestos, los padres de familia optan por aplicar las ideas presentadas en el recetario para proporcionarles a sus hijos una adecuada.

La segunda actividad es informar sobre la pirámide alimenticia mediante un rompecabezas didáctico, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos y en los supuestos los padres de familia conocen todos los grupos de los alimentos y de esta manera saben que alimentos sus hijos.

La tercera actividad es elaboración de platos nutritivos, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos y en los supuestos es aportar con nuevas alternativas para que a los padres de familia se les facilite la incorporación de los alimentos a sus hijos.

Para el tercer componente las actividades son: elaboración del menú que debe consumir un niño y niña durante un día con los padres de familia, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos, en los supuestos los padres de familia sabrán que alimentación proporcionar a sus hijos.

La segunda actividad es la capacitación para los padres de familia acerca de una adecuada alimentación, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos, en los supuestos los niños y niñas tendrán una adecuada alimentación para un correcto desarrollo cognitivo.

La tercera actividad es la presentación de tarjetas didácticas con los distintos nutrientes y sus derivados para la concientización de la importancia de una adecuada alimentación en los niños y niñas, en el resumen del presupuesto son los equipos, materiales de oficina, impresiones y el transporte, en los medios de verificación son las facturas, notas de venta y recibos y en los supuestos los padres de familia más conscientes sobre la alimentación de sus hijos.

(VER APÉNDICE I)

CAPÍTULO V

PROPUESTA

DATOS INFORMATIVOS

Título:

Nutrición adecuada en niños y niñas de 2 años de edad. Creación de un recetario con menús saludables dirigido a padres de familia del centro de desarrollo infantil "Gotael" del distrito metropolitano de Quito 2014- 2015.

Beneficiarios: Niños, niñas y padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Gotael

Ubicación: Quito, Parroquia Cotocollao, Sector Cotocollao, calle Santa Teresa N63-31 y José H. Figueroa.

Director Centro de Desarrollo Infantil: Msc. María Soledad Romero.

Tutora: Lic. Adriana Cuascota.

Investigadora: María Daniela Pilca Julio.

5.01. ANTECEDENTES

No se encuentra evidencia sobre el tema a tratar en el Centro de Desarrollo Infantil Gotael. Pero se encuentran investigaciones en la Universidad Tecnológica Equinoccial, de la ciudad de Quito, de la autora Cazar Guevara Adriana Fernanda con el tema Guía Educativa Nutricional Para Padres, Madres y Educadores de Niños y Niñas de 6 meses a 2 años Aplicable a los Centros Educativos Infantiles.

En la tesis mencionada anteriormente se destaca la importancia de una correcta alimentación en el ser humano en especial en etapa infantil porque desde esta etapa depende un correcto desarrollo físico e intelectual a lo largo de la vida de los niños y niñas, así como también la idea de cómo preparar los alimentos de una forma llamativa y atractiva para los niños y niñas.

La alimentación es un derecho y un factor indispensable para todo ser humano en especial en la infancia porque de esta depende un buen crecimiento y desarrollo, así como también en esta edad es donde se van fomentando los hábitos alimenticios que perduraran durante toda su vida. Existe en la actualidad un cierto porcentaje de padres de familia que no poseen conocimientos acerca de una adecuada alimentación en los niños y niñas de 2 años lo que ha provocado que los niños y niñas consuman determinados alimentos que no les brindan los nutrientes necesarios para obtener un óptimo y adecuado desarrollo de la capacidad intelectual.

Al impartir información acerca de la alimentación, se contribuye a que los padres de familia conozcan acerca del tema y así implementar alimentos adecuados a sus hijos, brindando una dieta equilibrada y nutritiva. En este recetario se ofrecen distintas alternativas y opciones muy llamativas y divertidas para los niños y niñas haciendo que el momento de la alimentación sea agradable y placentero.

5.02. DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA METODOLÓGICA

5.02.01 JUSTIFICACIÓN

La niñez es la etapa de la vida más importante, en la que se producen cambios de forma constante, por ello es esencial tener en cuenta la importancia de la alimentación infantil. A partir de una nutrición sana, equilibrada y completa para que los niños y niñas puedan lograr un óptimo desarrollo tanto físico como intelectual.

Lo que le proporciona la oportunidad de tener mejores condiciones de vida permitiéndole crecer sanos, fuertes y un tener un mejor aprendizaje facilitando el cumplimiento de las metas y objetivos. El recetario está elaborado con el fin de promover información para una correcta alimentación de los niños el cual les permite a los progenitores y los docentes conocer cómo se puede incorporar de manera eficaz y eficiente los nutrientes esenciales que permitan tener un óptimo desarrollo integral.

Es fundamental que los niños consuman alimentos de acuerdo a las necesidades propias de cada uno de ellos es decir en base a su edad, peso y estatura pues estos mantendrán un equilibrio en el funcionamiento del organismo. Al fomentar en los niños el consumo adecuado de los alimentos se estará mejorando su calidad de vida

por ende tendrá un mejor desenvolvimiento tanto en lo social, emocional y académico así como también se reducirían lo altos índices de mortalidad infantil, y se obtendrá niños seguros, independientes y capaces de desarrollarse de forma intelectual de mejor forma.

Se debe promover en los niños y niñas la adecuada alimentación desde muy temprana edad porque en esta etapa ellos están propensos a ir asimilando los distintos sabores, olores, colores y texturas de los alimentos e ir adquiriendo preferencias por alguno de ellos.

5.02.02 OBJETIVOS

5.02.02.01 OBJETIVO GENERAL

Elaborar un recetario con los menús saludables destinado a los padres de familia para para incentivar una adecuada alimentación.

5.02.02.02 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover una adecuada alimentación en los niños y niñas que favorezca su desarrollo cognitivo.
- Ofrecer información a los padres de familia sobre la alimentación y el tipo de alimentos que sus hijos deben consumir.
- Incentivar a los padres de familia a proporcionar a los niños y niñas alimentos saludables.

5.02.03 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD

5.02.03.01 FACTIBILIDAD ECONÓMICA

El Centro de Desarrollo Infantil Gotael dispone y facilita el espacio físico para el desarrollo y aplicación de la propuesta, así como también se cuenta con los recursos económicos necesarios para el desarrollo del proyecto.

5.02.03.02 FACTIBILIDAD SOCIO-CULTURAL

Los principales beneficiarios son los niños y niñas de 2 años de edad quienes deben tener un adecuado desarrollo cognitivo en el Centro de Desarrollo Infantil para lo cual necesitan de una correcta alimentación que les ayude a desenvolverse mejor en el ámbito cognitivo.

5.02.03.03 FACTIBILIDAD LEGAL

Está regido a las disposiciones y a la normativa legal de la institución Gotael y las disposiciones y normativas del Instituto Tecnológico Superior Cordillera.

5.02.03.04 FACTIBILIDAD TECNOLÓGICA

Se dispone de todos los servicios de internet, libros virtuales e información de páginas oficiales para la realización y desarrollo del proyecto.

5.02.04 ORIENTACIÓN PARA EL ESTUDIO (FUNDAMENTACIÓN) MARCO TEÓRICO

5.02.04.01 LA ALIMENTACIÓN

Plaza, Montero J. (2000), señala que el objetivo de la alimentación es proveer al organismo sustancias las mismas que serán utilizadas para satisfacer las necesidades vitales del ser humano. Por lo que estas sustancias deben aportar al cuerpo humano el combustible necesario para poder cumplir con las funciones musculares, la regulación de la temperatura y el aporte de energía calórica.

La alimentación es indispensable para todo ser humano porque de esta forma el organismo tiene todos los nutrientes necesarios para su correcto funcionamiento, por lo cual es importante que la alimentación que este reciba sea adecuada y equilibrada para obtener un mejor desempeño.

Frontera & Cabezuelo, (2004), expresan que la alimentación es una actividad principal en la vida de todo ser humano, por lo que es importante fomentar en las personas una educación sobre los tipos de alimentos que se deben consumir como parte fundamental en la prevención de enfermedades y en el correcto desarrollo del cuerpo.

La alimentación es una acción normal e importante en la vida de todo ser humano porque por medio de esta las personas pueden tener una mejor calidad de vida y tener un mejor desenvolvimiento en su entorno.

Frontera & Cabezuelo, (2004), también que la alimentación y la nutrición son además factores sociales y la familia es quien se encarga de educar al niño en una alimentación que beneficie al desarrollo de sus habilidades, es por esto que los hábitos alimenticios se deben adquirir en el entorno familiar para que así empiecen a formar parte de los niños y niñas desde muy pequeños porque son los padres quienes ejercen el ejemplo en casa.

Es indispensable que desde la infancia se establezca una adecuada alimentación que les ayude a un correcto desempeño en el Centro de Desarrollo Infantil, porque en esta edad es donde los niños y niñas están creando hábitos que serán duraderos hasta su vida adulta, y de esa forma se contribuye a mejorar su calidad de vida.

5.02.04.02. IMPORTANCIA DE UNA BUENA ALIMENTACIÓN INFANTIL

Frontera & Cabezuelo, (2004), dicen que el crecimiento y desarrollo correcto de los niños y niñas dependen mucho del tipo de alimentación que consuma durante su infancia por lo que es sumamente importante proveerles una alimentación oportuna y adecuada considerando que los alimentos que consumen deben ir acorde con la edad de los niños y niñas.

Los niños y niñas al poseer una adecuada alimentación le proporciona al cuerpo un correcto desarrollo y funcionamiento del mismo. Para que esta alimentación sea completa se debe incorporar a la dieta todos los alimentos necesarios para conseguir un desarrollo integral, es fundamental que la dieta sea equilibrada,

completa y con las porciones adecuadas.

Los niños se encuentran en un periodo de cambio y crecimiento constante por lo que su cuerpo necesita de un alto porcentaje de nutrientes y de energía. Cada grupo de los nutrientes tienen funciones diferentes en el organismo por eso es importante desarrollar en ellos buenos hábitos de alimentación.

La infancia es una etapa de muchos cambios para los niños y niñas tanto en su aspecto físico y cognitivo por lo que es esencial proveerles de alimentos adecuados para su edad, lo que le ayuda a tener un mejor desarrollo integral.

5.02.04.03. CARACTERÍSTICAS DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS

Camacho C. (1999), los niños y niñas de 2 años de edad se encuentran en una etapa de exploración, búsqueda y movimiento por lo que toda su energía se destina a realizar estas actividades. Es normal que los niños y niñas en esta edad por ocasiones gusten de un determinado alimento que posiblemente les deje de gustar en un tiempo determinado, también el crecimiento se desacelera por lo que disminuye el consumo de alimentos, es importante tomar en cuenta estos factores para no considerar que no están alimentándose de forma correcta.

A esta edad se producen variaciones que se pueden observar en el juego autoiniciado, la permanencia del objeto se afianza más, comprenden mejor la relación causa- efecto, tiene una mejor capacidad para la resolución de problemas.

Los niños y niñas de 2 años según su desarrollo van adquiriendo y fomentando distintas habilidades y destrezas, así como también sus gustos o preferencias por determinados alimentos, es ahí cuando se debe incentivar a los pequeños el consumo adecuado de alimentos.

5.02.04.04 DESARROLLO COGNITIVO Y PROCESO DE APRENDIZAJE

Mealtime Memo para el Cuidado Infantil (2010), señala que la definición de desarrollo cognitivo tiene que ver con el razonamiento, la percepción y la capacidad de pensar. Existen factores como la nutrición, la genética y las experiencias que determinan e influyen en el desarrollo intelectual de los niños y niñas. Por lo que se reconoce la importancia que tiene la alimentación en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en el desarrollo de sus habilidades y destrezas.

La alimentación es un factor fundamental en el desarrollo de la capacidad intelectual de los niños y niñas por lo que se debe incentivar y promover el consumo correcto de alimentos que ayuden a un mejor desempeño en el ámbito educativo.

5.02.05 RELACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Los temas escogidos están relacionados directamente puesto que están involucrados en la alimentación que se pretende fomentar en los padres de familia y personas que están al cuidado de los niños y niñas para tener un mejor desarrollo y crecimiento. Cada uno de estos aporta con un valor significativo pues de la implementación de estos en la vida diaria de los niños y niñas permitirá mantener

una dieta equilibrada que contenga todos los nutrientes principales para mejorar la salud. Es importante dar a conocer datos de suma importancia tanto a los padres de familia como a los docentes para que conozcan las funciones de cada uno de los alimentos para así estar pendiente de la incorporación de los mismos en las comidas diarias de los niños y niñas.

Es importante conocer cuáles son las características de los niños y niñas de 2 años de edad para así saber cuál sería el desarrollo cognitivo que deberían tener para el desenvolvimiento del mismo en el Centro de Desarrollo Infantil por lo cual se debe priorizar el consumo de alimentos que favorezcan el desempeño adecuado de los infantes.

5.02.06. MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación está dentro del enfoque crítico y la modalidad cualitativa porque requiere sustentar la comprobación a través de las diferentes fuentes y factores de la recolección de datos e información estadística.

5.02.07 TIPO DE INVESTIGACIÓN

De campo

Es el estudio que se realiza en el Centro de Desarrollo Infantil, lugar donde se evidencio la problemática, efectuándose directamente con los involucrados que son los niños, niñas y padres de familia.

Bibliográfica

Se hace referencia a todos los documentos, libros, revistas e internet para el planteamiento y resolución del problema. Considerado que la investigación es bibliográfica porque se busca la información referente al proyecto en libros.

5.02.08 POBLACIÓN Y MUESTRA

En la presente investigación la población es de 21 niños. 7 niñas y 14 niños, en una edad promedio de 2 a 3 años. Por tener una población reducida no se necesita tomar ningún tipo de muestra.

5.02.09 PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Con la recopilación de datos a través de la encuesta a los padres de familia se analizará y procederá la información de la siguiente manera:

- Revisión crítica de la información, limpieza de información defectuosa, contradictoria e incompleta.
- Tabulación de cuadros.
- Presentación de gráficos de acuerdo a los porcentajes calculados.

- Análisis de los resultados estadísticos de acuerdo a la matriz de marco lógico
- Conclusiones y recomendaciones.

5.02.10 ANÁLISIS DE DATOS

Tabla 1: ¿Considera que el consumo de comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?

Ítem	Valoración	Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
1	5 Siempre	0	0	0	Adecuado
	4 Casi Siempre	0	0		
	3 Frecuentemente	0	0	100	No adecuado
	2 A Veces	3	14		
	1 Nunca	18	86		
Total		21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

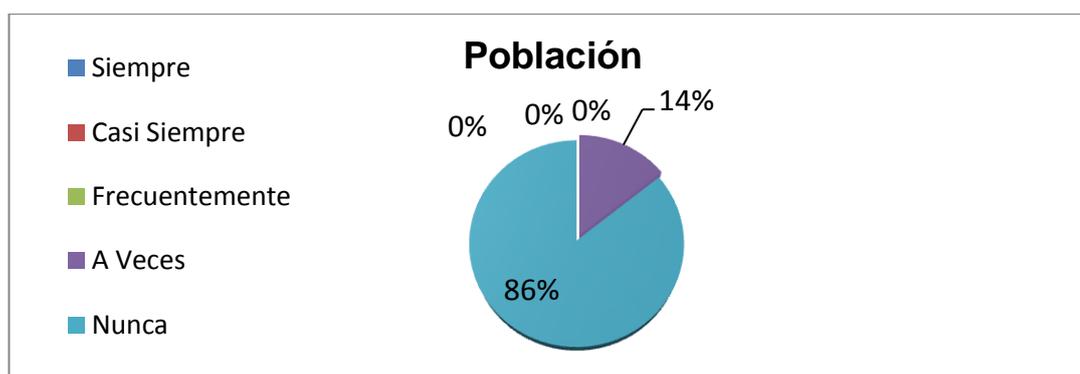


Figura 1.- ¿Considera que el consumo de comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 100% de los padres de familia reconocen que el consumo de comida chatarra no aporta a que los niños y niñas puedan desenvolverse correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil. Se concluye que los padres de familia conocen que consumir comida chatarra no es aconsejable para los niños y niñas por lo que se pretende que se concientice sobre el tipo de alimentos que se les debe proporcionar a los infantes. Se recomienda socializar con los padres de familia sobre los perjuicios que esta comida tiene en el desenvolvimiento de los pequeños.

Tabla 2: ¿Para que su hijo consuma todos los alimentos que usted le proporciona le presenta los mismos de forma divertida para que sea de su agrado?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
2	5	Siempre	3	14	33	Adecuado
	4	Casi Siempre	4	19		
	3	Frecuentemente	8	38	67	No adecuado
	2	A Veces	6	29		
	1	Nunca	0	0		
Total			21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

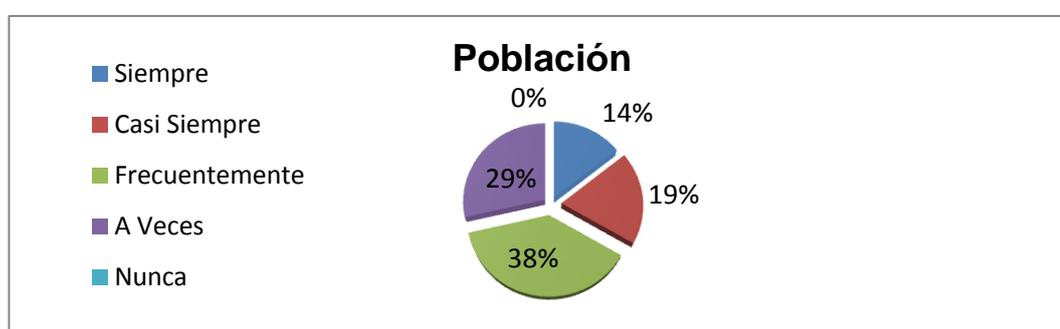


Figura 2.- ¿Para que su hijo consuma todos los alimentos que usted le proporciona le presenta los mismos de forma divertida para que sea de su agrado?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 67% de los padres de familia manifiestan que no les proporcionan a sus hijos los alimentos de una forma divertida, mientras que el 33% expresa que si motivan a sus hijos al consumo de los alimentos mediante la presentación de los mismos de una forma llamativa.

Se concluye que la mayoría de los padres de familia no les proporcionan a sus hijos los alimentos de una manera llamativa, pero se pretende incentivar a los padres de familia por proporcionar a sus hijos los alimentos en un amanaera llamativa. Se recomienda socializar con los padres las diferentes alternativas en las cuales se les puede proveer a los niños y niñas los alimentos para incentivar su consumo.

Tabla 3: ¿Asiste continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
3	5	Siempre	0	0	5	Adecuado
	4	Casi Siempre	1	5		
	3	Frecuentemente	2	10	95	No adecuado
	2	A Veces	6	29		
	1	Nunca	12	57		
	Total		21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

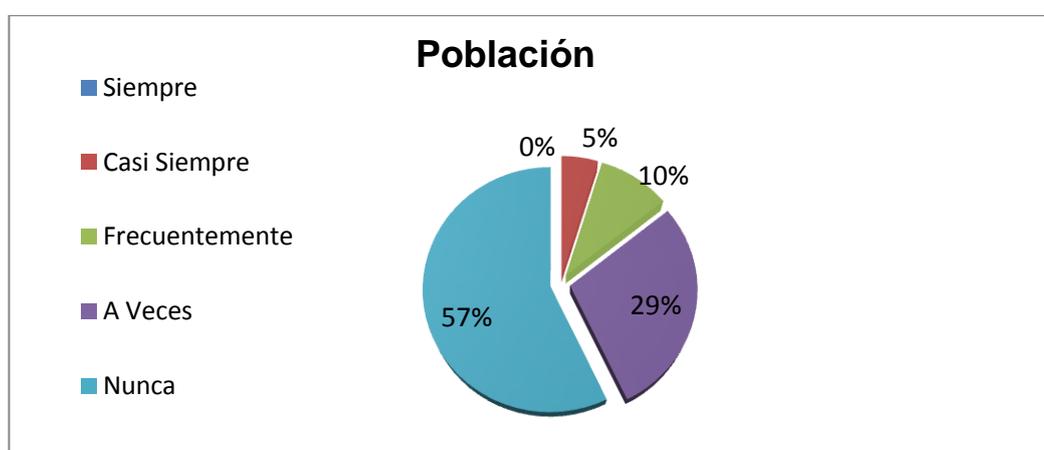


Figura 3.- ¿Asiste continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 95% de los padres de familia señalo que no asisten a talleres sobre la alimentación de los niños y niñas, mientras que el 5% expresa que si asiste a talleres que se relacionen con la alimentación de los infantes.

Se concluye que la mayoría de los padres de familia no asisten a talleres sobre la alimentación, por lo que se pretende que los padres asistan continuamente a estos talleres. Se recomienda socializar con los padres de familia sobre la importancia de asistir a talleres de la alimentación de los niños y niñas.

Tabla 4: ¿Cree usted que los alimentos como las proteínas, carbohidratos y los cereales tienen efectos negativos para buen rendimiento en el aula de clases de sus hijos?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	∑ %	Resultado
4	5	Siempre	0	0	0	Adecuado
	4	Casi Siempre	0	0		
	3	Frecuentemente	0	0	100	No adecuado
	2	A Veces	4	19		
	1	Nunca	17	81		
Total			21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

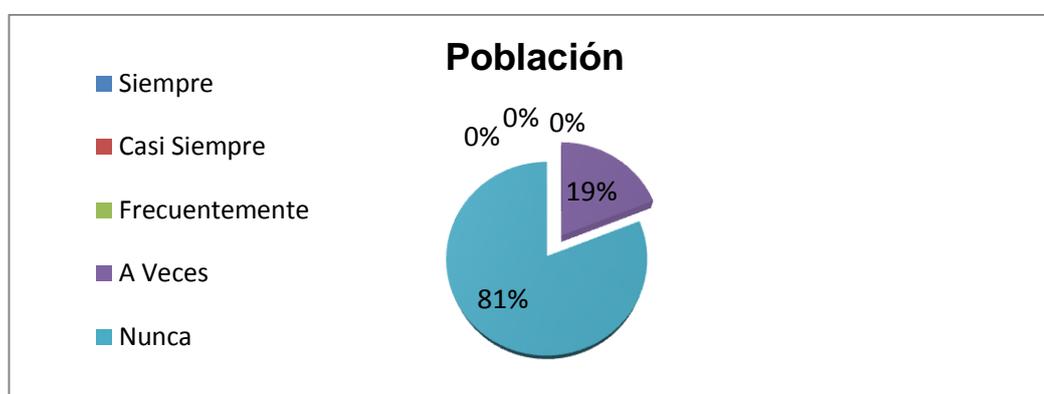


Figura 4.- ¿Cree usted que los alimentos como las proteínas, carbohidratos y los cereales tienen efectos negativos para buen rendimiento en el aula de clases de sus hijos?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 100% de los padres de familia consideran que los nutrientes como los carbohidratos y las proteínas no tienen efectos negativos en el rendimiento escolar de los niños y niñas.

Se concluye que los padres de familia conocen que los nutrientes no tienen efectos negativos en el rendimiento de los infantes, por lo que sería importante que los padres siempre provean a los infantes estos alimentos. Se recomienda socializar con los padres de familia sobre la importancia de estos nutrientes en la dieta de los infantes.

Tabla 5: ¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
5	5	Siempre	1	5	33	Adecuado
	4	Casi Siempre	6	29		
	3	Frecuentemente	4	19	67	No adecuado
	2	A Veces	10	48		
	1	Nunca	0	0		
Total			21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

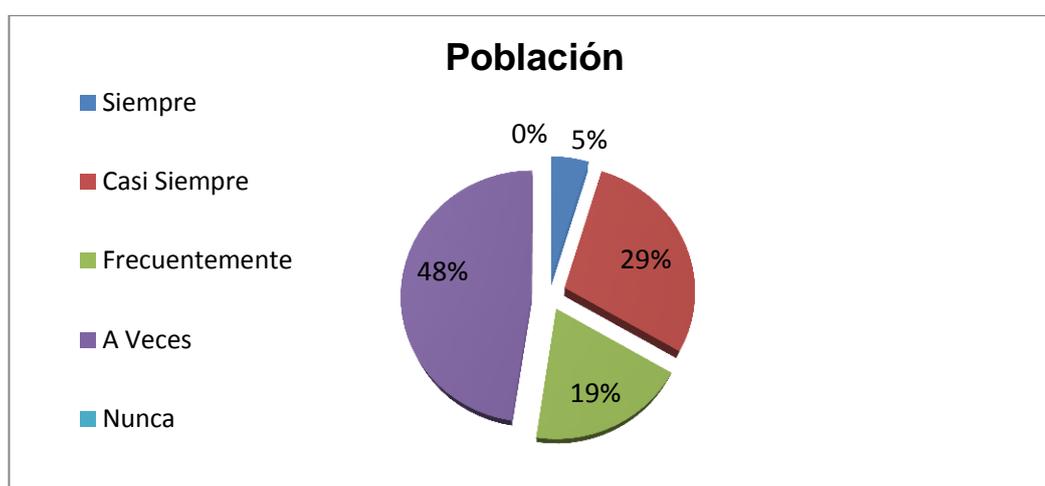


Figura 5.- ¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 67% de los padres de familia manifiestan que el tipo de alimentación que les proporcionan a sus hijos no es la adecuada para una correcta concentración y atención, mientras que el 33% expresa que si les proporcionan una adecuada alimentación a sus hijos.

Se concluye que los padres de familia no proporcionan una adecuada alimentación a sus hijos, la idea es que los padres les provean a sus hijos alimentos correctos. Se recomienda socializar con los padres de familia sobre la alimentación que deben consumir sus hijos para mejorar la concentración y atención.

Tabla 6: ¿Usted como padre de familia conoce sobre la alimentación que su hijo debe recibir?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
6	5	Siempre	1	5	38	Adecuado
	4	Casi Siempre	7	33		
	3	Frecuentemente	9	43	62	No adecuado
	2	A Veces	3	14		
	1	Nunca	1	5		
Total			21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

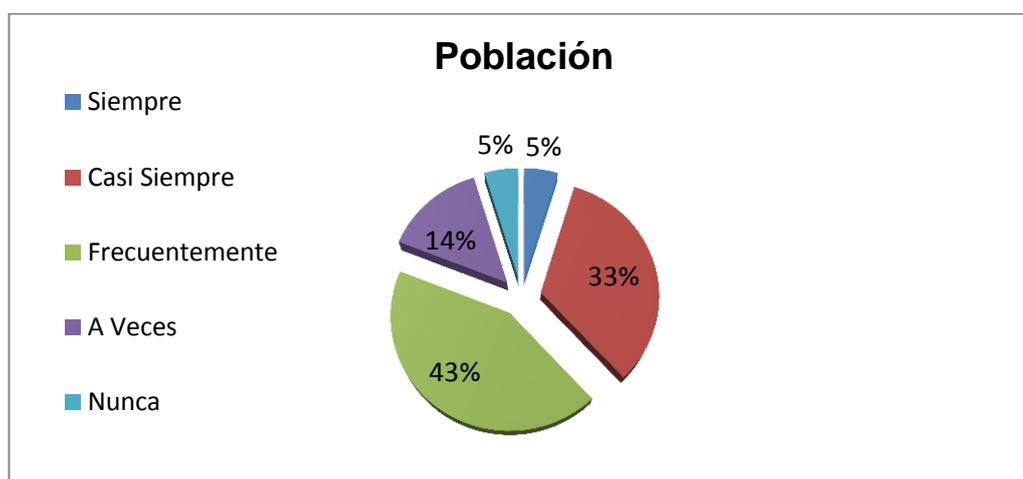


Figura 6.- ¿Usted como padre de familia conoce sobre la alimentación que su hijo debe recibir?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 62% de los padres de familia afirman que no conocen sobre la alimentación que sus hijos deben recibir, mientras que el 38% manifiestan que si conocen sobre la alimentación de sus hijos.

Se concluye que los padres de familia no conocen la alimentación que sus hijos deben recibir, y se pretende que la mayoría de los padres de familia conozcan la alimentación adecuada. Se recomienda dar a conocer a los padres de familia los alimentos que no deben faltar en casa a la hora de comer.

Tabla 7: ¿Cree usted que el consumo de alimentos no saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en el aula de clases?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
7	5	Siempre	2	10	14	Adecuado
	4	Casi Siempre	1	5		
	3	Frecuentemente	1	5	86	No adecuado
	2	A Veces	1	5		
	1	Nunca	16	76		
	Total			21	100	100

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

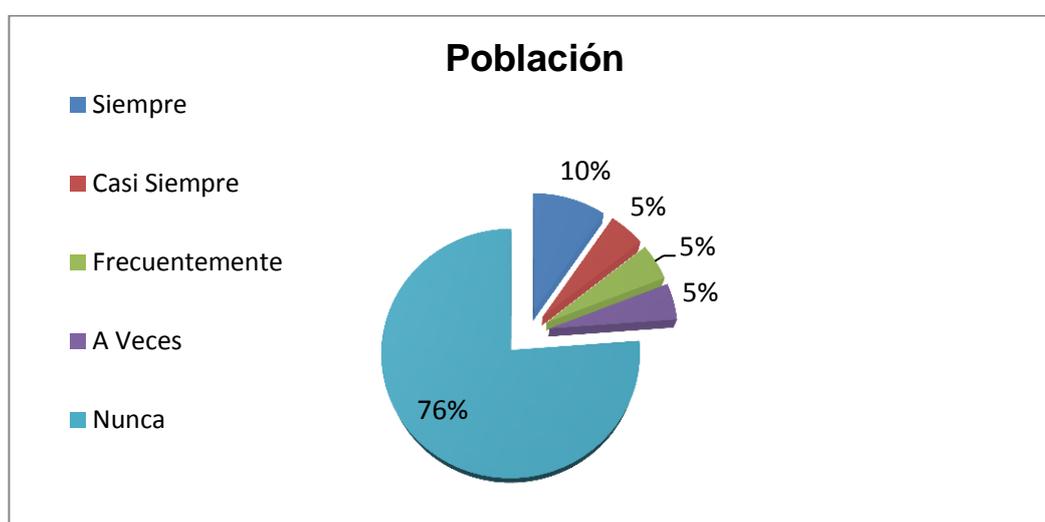


Figura 7.- ¿Cree usted que el consumo de alimentos no saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en el aula de clase?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 86% de los padres de familia consideran que los alimentos no saludables no aportan a un adecuado desarrollo, mientras que el 14% expresa que si aportan al desarrollo de las habilidades.

Se concluye que los padres de familia consideran que los alimentos no saludables no aportan a un mejor desarrollo, se pretende que los niños y niñas consuman alimentos saludables. Se recomienda que al socializar lo padres conozcan que alimentos son los adecuados para sus hijos.

Tabla 8: ¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de grasa, carbohidratos y azúcares?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
8	5	Siempre	0	0	0	Adecuado
	4	Casi Siempre	0	0		
	3	Frecuentemente	9	43	100	No adecuado
	2	A Veces	9	43		
	1	Nunca	3	14		
	Total			21	100	100

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

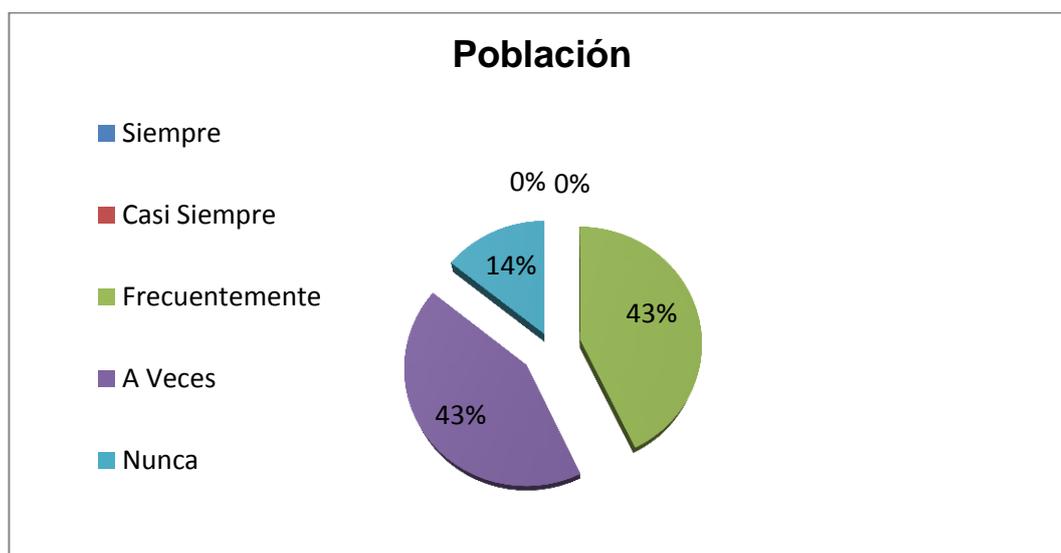


Figura 8.- ¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de grasa, carbohidratos y azúcares?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 100% de los padres de familia mencionan que si proporcionan a sus hijos alimentos altos en grasa y carbohidratos.

Se concluye que los padres de familia proporcionan a sus hijos alimentos no adecuados, se pretende que los padres ya no provean de alimentos no adecuados a sus hijos. Se recomienda que al socializar los padres concienticen sobre que alimentos deben consumir los niños y niñas.

Tabla 9: ¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
9	5	Siempre	1	5	14	Adecuado
	4	Casi Siempre	2	10		
	3	Frecuentemente	9	43	86	No adecuado
	2	A Veces	3	14		
	1	Nunca	6	29		
	Total		21	100	100	

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

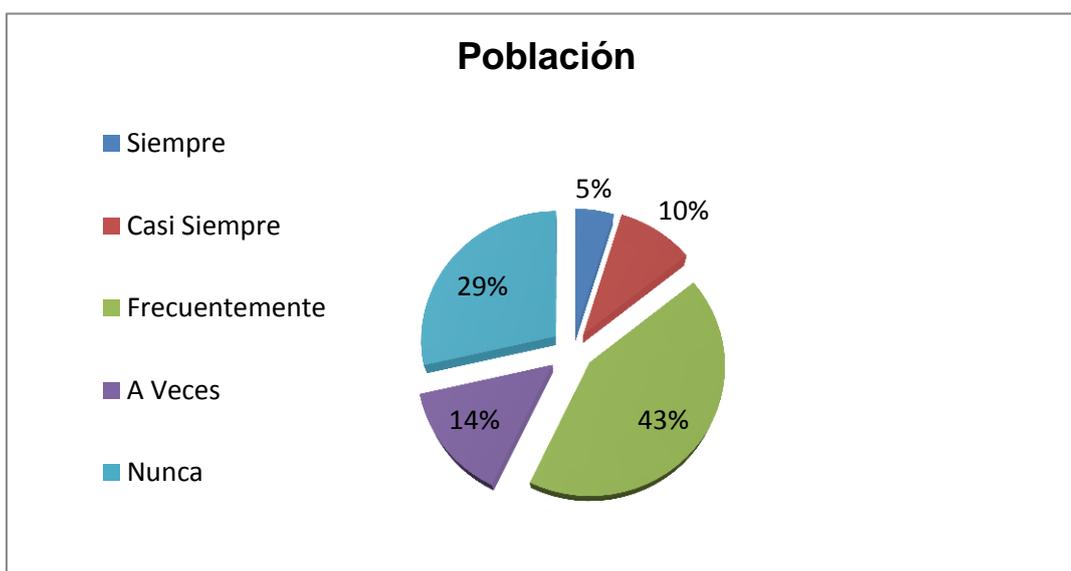


Figura 9.- ¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 86% de los padres de familia no conoce sobre la relación que tiene la alimentación y el desarrollo cognitivo, mientras que el 14% expresa que si conoce la relación que tienen la alimentación en el desarrollo intelectual de los infantes.

Se concluye que los padres de familia no conocen la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación. Se recomienda que la socialización enfoque los factores importantes de la alimentación en el desarrollo intelectual.

Tabla 10: ¿Cree usted que selecciona adecuadamente los alimentos saludables y no saludables para una correcta alimentación?

Ítem	Valoración		Frecuencia	Porcentaje	Σ %	Resultado
10	5	Siempre	0	0	33	Adecuado
	4	Casi Siempre	7	33		
	3	Frecuentemente	10	48	67	No adecuado
	2	A Veces	2	10		
	1	Nunca	2	10		
	Total			21	100	100

Fuente: Encuesta dirigida a 21 padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

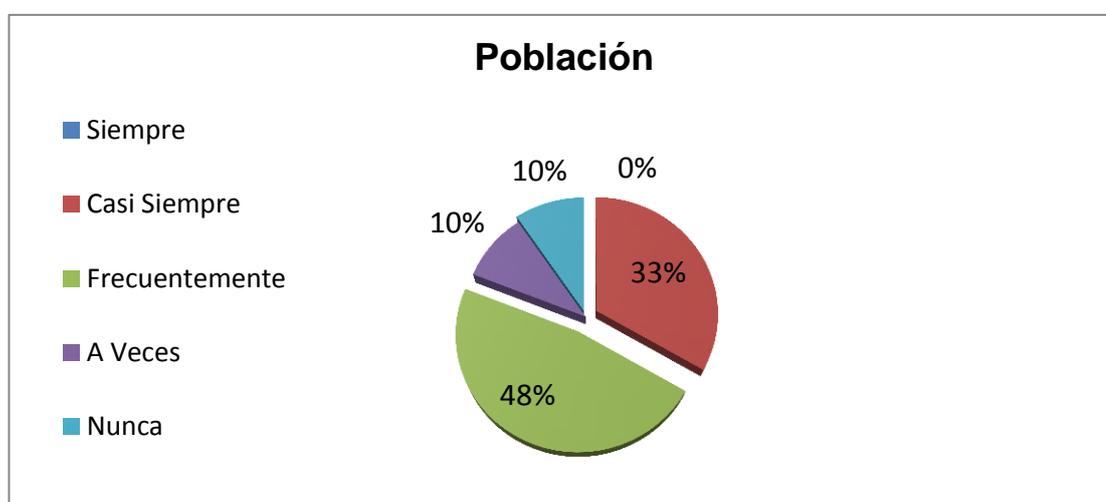


Figura 10.- ¿Cree usted que selecciona adecuadamente los alimentos saludables y no saludables para una correcta alimentación?

Fuente: Encuesta dirigida a padres de familia.

Elaborado por: Daniela Pilca

El 67 % de los padres de familia creen que no seleccionan adecuadamente los alimentos, mientras que el 33% manifiesta que sabe cómo seleccionar adecuadamente los alimentos.

Se concluye que los padres de familia no seleccionan adecuadamente los alimentos, se pretende que los padres sepan la manera adecuada de escoger los alimentos. Se recomienda que al socializar se traten temas relacionados a una adecuada selección de los alimentos para sus hijos.

5.03 FORMULACIÓN DEL PROCESO DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

5.03.01 VIDEO DE MOTIVACIÓN.

- El tiempo - un video para reflexionar (<https://youtu.be/yNg-JBCRVp4>).

Compartir con los padres de familia diferentes puntos de vista acerca del video.

5.03.02 REGLAS DE ORO

Para la presentación de la exposición se les solicita a los padres de familia cumplir con las siguientes disposiciones:

- Colaboración para las actividades que se van a realizar.
- Apagar el celular.
- Respeto.
- Padres de familia activos y participativos.
- Tolerancia a aceptar distintos puntos de vista.

5.03.03 INTERVENCIÓN DE LA FACILITADORA

5.03.04 RETROALIMENTACIÓN

Opiniones acerca del tema tratado entre la estudiante y padres de familia.

CAPÍTULO VI

ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

6.01 RECURSOS MATERIALES Y TECNOLÓGICOS

Talento Humanos:

Niños y niñas del Centro del Desarrollo Infantil Gotael.

Padres de familia.

Recursos Materiales

Esferos

Resmas de papel bon

Recursos Didácticos

Libros

Recursos Técnicos y Tecnológicos

Internet

Libros digitales

Computadora

Infocus

Parlantes

Material de Apoyo

Trípticos

Videos

Encuestas

6.02 PRESUPUESTO

INGRESOS	Aporte personal	\$929,25
-----------------	-----------------	-----------------

EGRESOS				
GASTOS	VALOR UNITARIO	CANTIDAD POR MES	DURANTE 6 MESES	TOTAL
Material de escrito				
Impresiones B/N	\$0,05	90	6	\$27,00
Impresiones Color	\$0,30	60	6	\$108,00
Copias	\$0,05	160	6	\$48,00
Anillados	\$3,00	4	1	\$12,00
Empastados	\$15	2	1	\$30,00
Esferos	\$10	1 CAJA	1	\$10,00
Recursos Tecnológicos				
Internet	\$35,00	1	6	\$210,00
Alquiler Infocus	\$50,00	1	1	\$50,00
Edición Video	\$20,00	1	1	\$20,00
Alquiler Computadora	\$40,00	1	1	\$40,00
Alquiler de Parlantes	\$10,00	1	1	\$10,00
Alquiler Filmadora	\$30,00	1	1	\$30,00
Recursos Didácticos				
Trípticos	\$1,50	25	1	\$37,50
Tarjetas	\$1,50	25	1	\$37,50
Pirámide Alimenticia	\$20,00	1	1	\$20,00
Cubo Didáctico	\$15,00	1	1	\$15,00
Alimentos				
Refrigerio Socialización	\$50,00	1	1	\$50,00
Preparación Platos para la demostración en el desarrollo de la socialización de la guía	\$70,00	1	1	\$70,00
Otros Recursos				
Telas Proyectar Infocus	\$60,00	1	1	\$60,00
			SUBTOTAL=	\$885,00
			IMPREVISTOS 5%	\$44,25
			TOTAL=	\$929,25

6.03. CRONOGRAMA

ACTIVIDADES FECHA	OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
CAPÍTULO I																								
ANTECEDENTES	X																							
MACRO MESO MICRO	X																							
JUSTIFICACIÓN		X																						
DEFINICIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL MATRIZ T			X																					
CAPÍTULO II																								
ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS				X	X																			
MAPEO DE INVOLUCRADOS						X																		
MATRÍZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS							X																	
CAPÍTULO III																								
PROBLEMAS Y OBJETIVOS								X																
ÁRBOL DE PROBLEMAS									X															
ÁRBOL DE OBJETIVOS										X														
CAPÍTULO IV																								
ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS											X													
MATRÍZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS											X													
MATRÍZ DE IMPACTO DE LOS OBJETIVOS												X												
MATRÍZ DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS													X											
MATRÍZ DEL MARCO LÓGICO													X	X										
CAPÍTULO V																								
ANTECEDENTES (DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGÍA)																	X	X						
DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA O METODOLOGÍA QUE PROPONE COMO SOLUCIÓN																		X	X					
FORMULACIÓN DEL PROCESO DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA																				X				
CAPÍTULO VI																					X			

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.01. CONCLUSIONES

Una vez que se haya finalizado el proyecto relacionado con la nutrición de los niños y niñas de 2 años de edad se concluye con los aspectos más importantes detallados a continuación:

Se concluye que la nutrición es un aspecto sumamente importante en el desarrollo de los niños y niñas de 2 años de edad, al socializar la propuesta se pudo notar que un cierto porcentaje de los niños y niñas mantienen una alimentación inadecuada implementada por parte de los padres de familia, lo que influye en el desarrollo intelectual de los niños y niñas de forma negativa.

Los padres de familia desconocían sobre la importancia de una adecuada alimentación en la etapa infantil, por ende su incidencia en el desarrollo de los niños y niñas, y sobre todo la relación que esta tiene con en el ámbito cognitivo.

Los padres de familia excluían algunas posibles alternativas en las que se les puede presentar los alimentos a los niños y niñas para incentivar así el consumo de los mismos.

7.02. RECOMENDACIONES

Se recomienda que los padres de familia traten de reducir la alimentación inadecuada en los niños y niñas mediante la correcta aplicación del recetario para motivar e incentivar en los infantes el consumo de alimentos saludables.

Los padres de familia deben preocuparse por estar al tanto acerca de cuáles son los alimentos adecuados que les ayuden a sus hijos a mejorar su concentración y atención, en el proyecto se establecen que alimentos necesitan los infantes para un óptimo desarrollo cognitivo.

Mediante el recetario los padres de familia pueden emplear las opciones que se plantean en la presentación de los alimentos de una manera divertida y llamativa, facilitando la incorporación y el consumo de los alimentos en los niños y niñas.

ANEXO

APÉNDICE A. MATRIZ T

TABLA N° 11. MATRIZ T

SITUACIÓN EMPEORADA	SITUACIÓN ACTUAL				SITUACIÓN MEJORADA
Niños y niñas con un inadecuado desarrollo cognitivo	Nutrición inadecuada implementada por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.				Niños y niñas con un adecuado desarrollo cognitivo.
FUERZAS IMPULSADORAS	I	PC	I	PC	FUERZAS BLOQUEADORAS
Capacitaciones continuas para los padres de familia sobre una adecuada alimentación.	1	4	5	1	Limitada asistencia de los padres de familia a las capacitaciones.
Video preventivo para los padres de familia sobre las causas y consecuencias de una mala alimentación para el desarrollo cognitivos de los pequeños.	1	4	4	1	Desinterés por medio de los padres de familia sobre el video informativo.
Folletos informativos sobre la importancia de una adecuada alimentación.	1	4	4	1	Desinterés por parte de los padres de familia sobre la información presentada en los documentos.

Elaboración y socialización de un recetario con los menús saludables sobre la alimentación para los padres de familia.	2	3	5	1	Algunos padres de familia no seleccionan de forma adecuada los alimentos saludables y no saludables.
Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de la nutrición mediante la elaboración del menú de un día con los padres de familia.	1	4	4	2	Desconocimiento de los padres de familia sobre que alimentos proporcionarles en las diferentes horas de comida.

Elaborado por: Daniela Pilca.

APÉNDICE B. MAPEO DE INVOLUCRADOS

FIGURA N° 11. MAPEO DE INVOLUCRADOS



Elaborado por: Daniela Pilca.

APÉNDICE C. MATRIZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

TABLA N° 12. MATRIZ DE ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

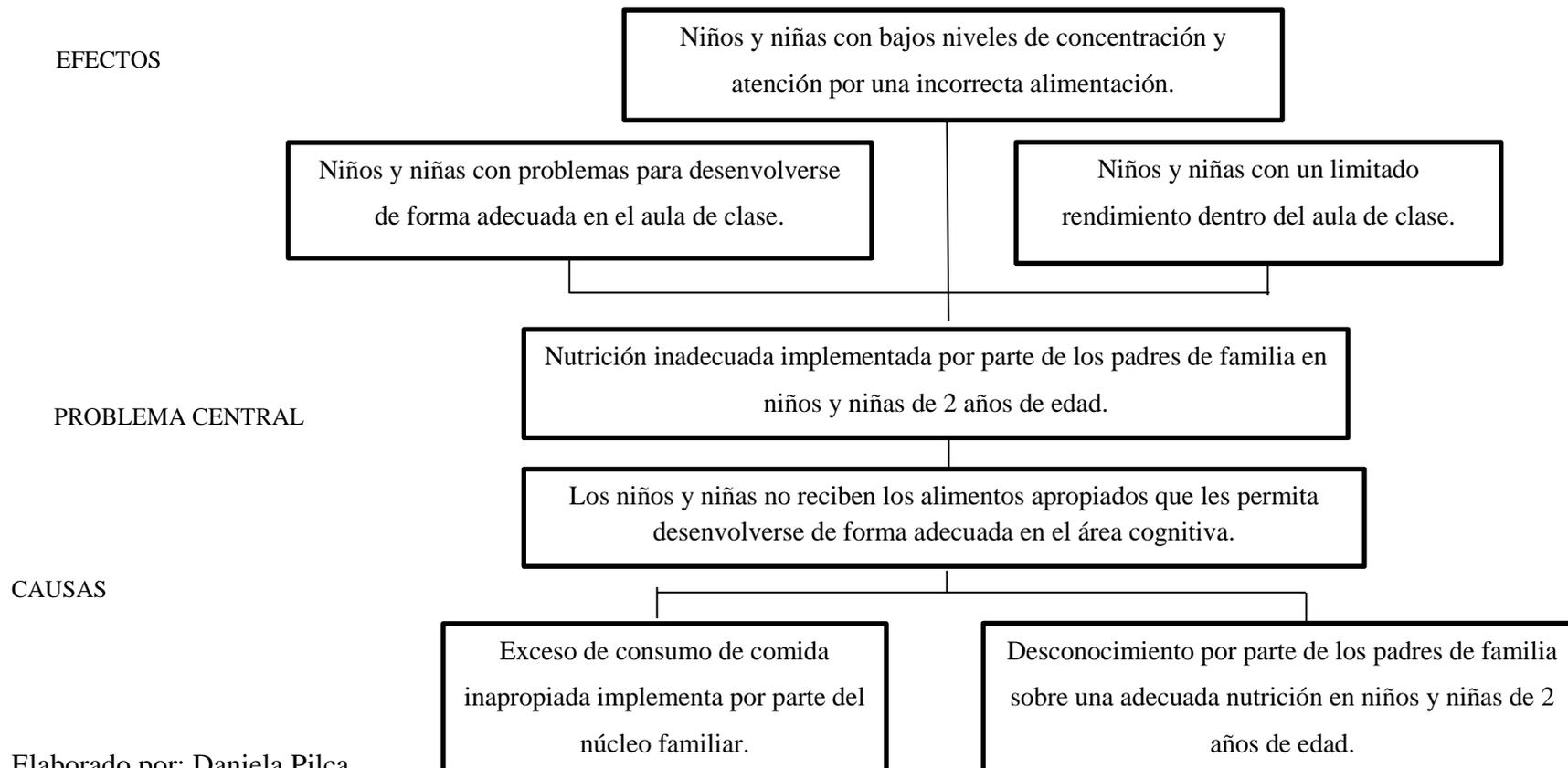
ACTORES INVOLUCRADOS	INTERÉS SOBRE EL PROBLEMA	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS, MANDATOS Y CAPACIDADES	INTERÉS SOBRE EL PROYECTO	CONFLICTOS POTENCIALES
ESTADO	Promover capacitaciones sobre una adecuada nutrición que ayude al correcto desarrollo cognitivo de los niños y niñas de 2 años de edad.	Padres de familia con escasos conocimientos de una alimentación correcta para sus hijos.	Ministerio de Salud Pública. Código de la Niñez y Adolescencia Capítulo v Art. 2 Del Derecho de los alimentos.	Fomentar el conocimiento en los padres de familia sobre una adecuada nutrición en los niños y niñas.	Inasistencia de algunos padres de familia a las capacitaciones sobre una alimentación correcta en los niños y niñas de 2 años de edad promovidas por el estado.
PADRES DE FAMILIA	Correcto desarrollo cognitivo de los niños y niñas.	Inadecuada nutrición implementada por el núcleo familiar.	Docentes. Núcleo familiar Constitución Política del Ecuador Art. 44.	Obtener información apropiada para garantizar el desarrollo y crecimiento de los niños y niñas.	Adquisición de alimentos inapropiados para el consumo de los infantes.
CENTRO DE DESARROLLO	Niños y niñas sin problemas de nutrición que permitan un correcto desarrollo	Niños y niñas con un escaso desarrollo en sus habilidades y	Docentes. Profesionales Interdisciplinarios.	Socializar el tema por medio de capacitaciones	Información inadecuada de los padres de familia sobre el tema.

INFANTIL (DOCENTES)	intelectual.	capacidades.	Constitución Política del Ecuador Art. 45.	promoviendo información.	
MINISTERIO DE SALUD PUBLICA	Propiciar campañas de alimentación en las que se incentiven un desarrollo intelectual acorde a la edad de los niños y niñas.	Información inadecuada en la sociedad en relación al tema.	Centro de salud Pública. Constitución Política del Ecuador Art. 66. El derecho a una vida digna.	Impartir información al núcleo familiar para promover el desarrollo intelectual de los niños y niñas.	Poca disponibilidad de tiempo de los profesionales para impartir sus conocimientos.
ITSCO	Interés de las alumnas por desarrollar el proyecto.	Desinformación por parte de las alumnas sobre el tema.	Autoridades. Docentes. Estudiantes. Código Interno del ITSCO.	Propiciar información a toda la comunidad del ITSCO.	El CDI no tiene una aplicación permanente y continua del proyecto.

Elaborado por: Daniela Pilca.

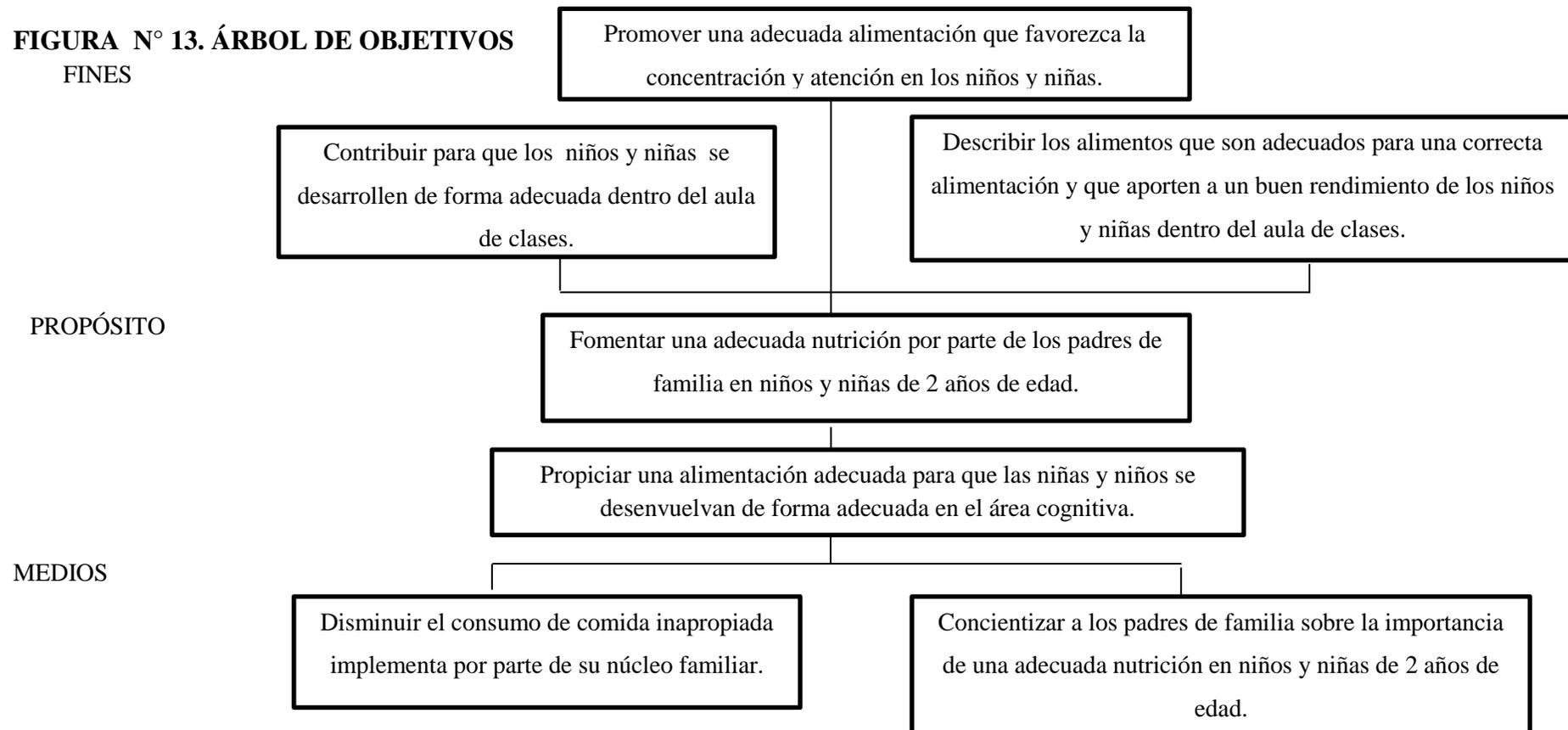
APÉNDICE D. ÁRBOL DE PROBLEMAS

FIGURA N° 12. ÁRBOL DE PROBLEMAS



APÉNDICE E. ÁRBOL DE OBJETIVOS

FIGURA N° 13. ÁRBOL DE OBJETIVOS
FINES



Elaborado por: Daniela Pilca.

APÉNDICE F: MATRIZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS

TABLA N° 13. MATRIZ DE ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS

OBJETIVO	IMPACTO SOBRE EL PROPOSITO	FACTIBILIDAD TECNICA	FACTIBILIDAD FINANCIERA	FACTIBILIDAD SOCIAL	FACTIBILIDAD POLITICA	TOTAL	CATEGORIA
Fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.	4	4	4	4	4	20	Medio Alto
Propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.	4	4	4	4	4	20	Medio Alto
Disminuir el consumo de comida inapropiada implementada por parte del núcleo familiar.	4	4	4	4	4	20	Medio Alto
Concientizar a los padres de	4	4	4	4	4	20	Medio Alto

familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad.							
Promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas.	4	4	4	4	4	20	Medio Alto

Elaborado por: Daniela Pilca.

APÉNDICE G. MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS

TABLA N° 14. MATRIZ DE ANÁLISIS DE IMPACTO DE ALTERNATIVAS

OBJETIVO	FACTIBILIDAD DE LOGRARSE (4 - 2 - 1)	IMPACTO DE GENERO (4 - 2 - 1)	IMPACTO AMBIENTAL (4 - 2 - 1)	RELEVANCIA (4 - 2 - 1)	SOSTENIBILIDAD (4 - 2 - 1)	TOTAL	CATEGORIA
Fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.	Núcleo familiar consciente con la nutrición adecuada de los niños y niñas. (4)	Respeto a los derechos humanos incluyendo a los niños, niñas y adolescentes. (4)	Mejoramiento del rendimiento escolar de los niños y niñas. (4)	Niños y niñas con adecuadas capacidades intelectuales. (4)	Padres de familia en constantes capacitaciones sobre el tema. (4)	20	Medio Alto
Propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.	Implementación de alimentos apropiados para el consumo de los niños y niñas. (4)	Se beneficia positiva y directamente a los niños y niñas. (4)	Mejoramiento del desempeño de los niños y niñas en el ámbito educativo. (4)	Promover un óptimo desarrollo del área cognitivo de los niños y niñas. (4)	Padres de familia con conocimientos necesarios sobre la alimentación mediante el desarrollo constante de talleres. (4)	20	Medio Alto

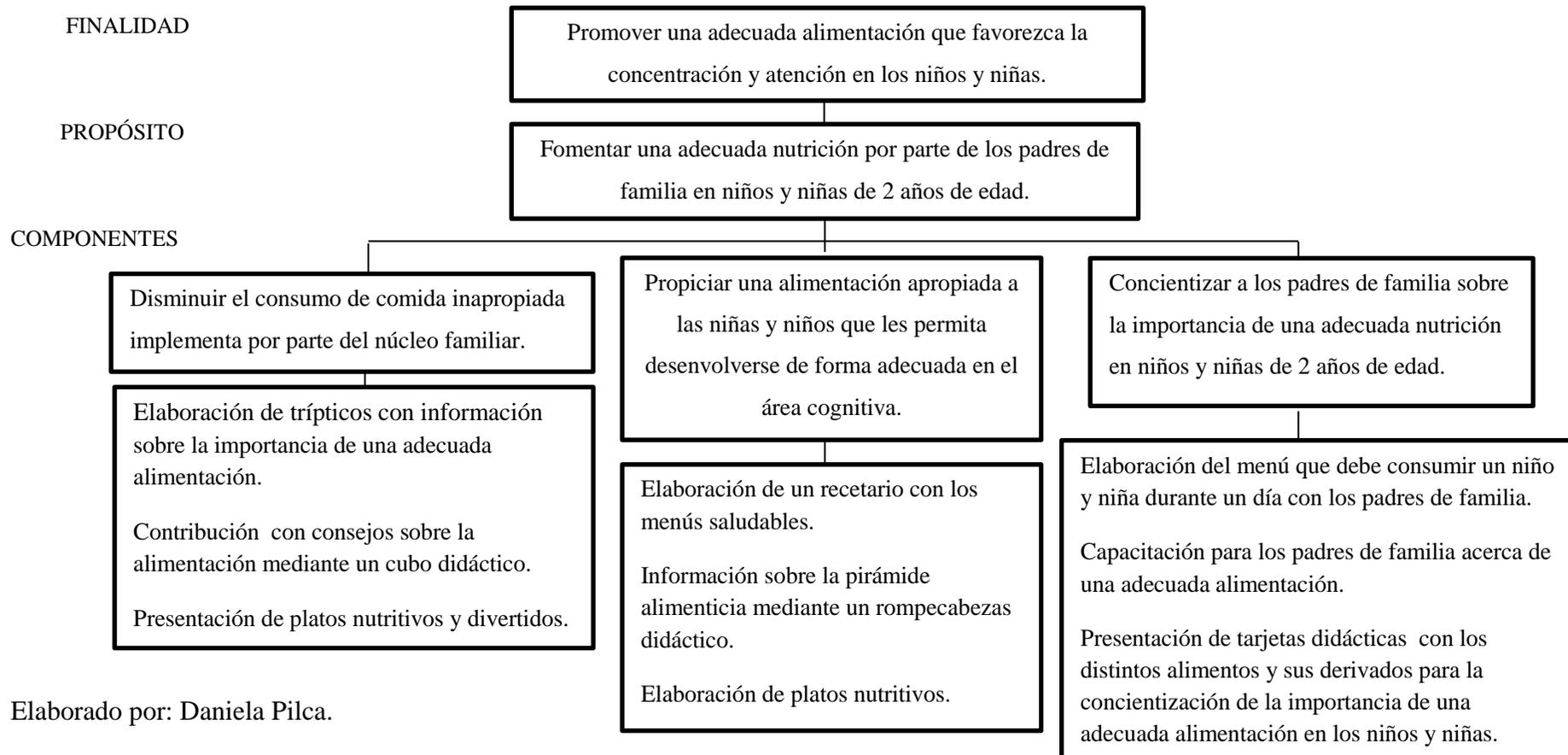
Disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte de su núcleo familiar.	Padres de familia conscientes del tipo de alimentación que deben brindar a los niños y niñas. (4)	Padres de familia altamente capacitados para ofrecer una correcta alimentación a los niños y niñas. (4)	Un mejor desenvolvimiento de los niñas y niñas en su entorno educativo y social. (4)	Brindar a los niños y niñas alimentos que estén acorde a su edad. (4)	Trabajo conjunto entre los padres de familia y docentes creando ambientes y espacios que promuevan una adecuada nutrición de forma continua. (4)	20	Medio Alto
Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad.	Los padres de familia proveen alimentos adecuados para una correcta salud nutricional de sus hijos. (4)	Los padres de familia proveen alimentos adecuados a los niños y niñas. (4)	Niños y niñas con mayores habilidades motoras para desenvolverse en el Centro de Desarrollo Infantil. (4)	Los niños y niñas podrán tener una vida más saludable. (4)	Padres de familia preocupados e interesados en fomentar el consumo de alimentos nutritivos en la vida de los niños y niñas. (4)	20	Medio Alto
Promover una adecuada alimentación que	Los padres de familia y docentes que proporcionan	Preocupación por mejorar el tipo de alimentación que	Menos problemas en el proceso de enseñanza	Padres de familia y docentes con conocimientos	Padres de familia que conocen del tema y emplean sus		

favorezca la concentración y atención en los niños y niñas.	a los niños y niñas alimentos adecuados. (4)	los niños y niñas reciben. (4)	aprendizaje de los niños y niñas. (4)	necesarios para aportar a un óptimo desarrollo cognitivo de los niños y niñas. (4)	conocimientos en forma correcta. (4)	20	Medio Alto
---	---	-----------------------------------	--	---	---	----	------------

Elaborado por: Daniela Pilca.

APÉNDICE H. DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS

FIGURA N° 14. DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS



APÉNDICE I. MATRIZ DE MARCO LÓGICO

TABLA N° 15. MATRIZ DE MARCO LÓGICO

FINALIDAD	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
Promover una adecuada alimentación que favorezca la concentración y atención en los niños y niñas.	Mediante la concientización de los padres de familia se podrá promover que los niños y niñas mantengan una alimentación que favorezca su concentración y atención. Esto se dará a futuro porque cuando se socializó el recetario el 100% de los padres de familia no conocían sobre los beneficios que aporta una adecuada alimentación para el desarrollo del área cognitiva, después de la socialización el 67% de los padres de familia reconocieron la importancia de una adecuada alimentación; lo cual permitirá que los padres de familia concienticen sobre la correcta alimentación en los niños y niñas.	Registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO.	El Ministerio de Inclusión Económica y Social exige al menos una vez al mes una capacitación sobre la adecuada nutrición en los niños y niñas en cada uno de los Centros de Desarrollo Infantil.
<u>PROPOSITO</u>	Padres de familia con las herramientas esenciales	Registros estadísticos en base a	Los padres de familia asisten

<p>Fomentar una adecuada nutrición por parte de los padres de familia en niños y niñas de 2 años de edad.</p>	<p>para proveerles a sus hijos una correcta alimentación. La idea principal es impartir los conocimientos necesarios para que los padres de familia en el futuro sepan que alimentos necesitan sus hijos, al desarrollar el taller el 95% de los padres de familia no fomentaban una adecuada alimentación en los niños y niñas alimentación para sus hijos y después del taller el 90% de los padres de familia tiene las bases necesarias para una correcta alimentación lo que dará como resultado que provean a los niños y niñas una alimentación adecuada a la edad de los infantes.</p>	<p>las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO.</p>	<p>continuamente a capacitaciones sobre una adecuada alimentación.</p>
<p><u>COMPONENTES</u> <u>COMPONENTE #1</u> Disminuir el consumo de comida inapropiada implementa por parte del núcleo familiar.</p>	<p>Una alimentación sana y completa acorde a las necesidades de los niños y niñas de 2 años de edad. Antes de la socialización del recetario el 62% de los padres de familia no conocían que alimentos son los necesarios para el crecimiento de sus hijos, después de la realización del taller el 81% de los padres</p>	<p>Registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO.</p>	<p>Proveer un listado de los alimentos adecuados que los niños y niñas deben consumir todos los días.</p>

	<p>consideraron que eliminaran el consumo de la comida chatarra. Este indicador permitirá que los padres de familia se preocupen por consumir alimentos nutritivos disminuyendo así el consumo de comida inapropiada.</p>		
<p><u>COMPONENTE #2</u></p> <p>Propiciar una alimentación apropiada a las niñas y niños que les permita desenvolverse de forma adecuada en el área cognitiva.</p>	<p>Los padres de familia proporcionan alimentos que contribuyen a un adecuado nivel cognitivo de los niños y niñas.</p> <p>Al socializar el taller el 86% de los padres de familia no proporcionaban a sus hijos alimentos adecuados, al realizar la socialización el 95% de los padres de familia se preocuparán por brindarles a sus hijos una alimentación nutritiva y de calidad, esta información lo que pretende es concientizar a los padres de familia para que sepan los beneficios que les traería para sus hijos el brindarles una buena alimentación y por ende un mejor desempeño en el ámbito</p>	<p>Registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO.</p>	<p>El Centro de Desarrollo Infantil Gotael realiza constantes talleres sobre la alimentación de los niños y niñas de 2 años dirigidos a los padres de familia.</p>

	educativo.		
<p><u>COMPONENTE # 3</u></p> <p>Concientizar a los padres de familia sobre la importancia de una adecuada nutrición en niños y niñas de 2 años de edad.</p>	<p>Sensibilizar a los padres de familia sobre la alimentación que sus hijos consumen para obtener un mejor desenvolvimiento de los niños y niñas en los ámbitos sociales y cognitivos.</p> <p>Antes de socializar el recetario el 86% de los padres de familia no eran conscientes de la alimentación de sus hijos, después de socializar el taller el 81% de los padres de familia concientizaron sobre la importancia de una adecuada nutrición para los niños y niñas, lo importante aquí es que por medio de este recetario los padres de familia tengan una guía que les ayude e incentive a proveer a los niños y niñas alimentos correctos y así evitar dificultades en el desarrollo de sus hijos.</p>	<p>Registros estadísticos en base a las encuestas y entrevistas realizadas y entregadas a la directiva del Centro de Desarrollo Infantil y del ITSCO.</p>	<p>Fomentar capacitaciones por parte del Centro de Desarrollo Infantil mediante un especialista en el tema, dirigidas a los padres de familia.</p>
ACTIVIDADES	RESUMEN DEL PRESUPUESTO	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS

1.1. Elaboración de trípticos con información sobre la importancia de una adecuada alimentación.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Reducido número de padres de familia que asisten a las capacitaciones que realizará el Centro de Desarrollo Infantil.
1.2. Aportar con consejos sobre la alimentación mediante un cubo didáctico.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Padres de familia con más conocimientos necesarios para brindar a sus hijos una adecuada alimentación.
1.3. Presentación de platos nutritivos y divertidos.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Brindar a los padres opciones para poder incentivar el consumo de los alimentos en sus hijos.
2.1. Elaboración de un recetario con los menús saludables.	Equipos Materiales de oficina Impresiones	Facturas Notas de Venta Recibos	Los padres de familia optan por aplicar las ideas presentadas en el recetario para proporcionarles a sus

			hijos una adecuada.
2.2. Informar sobre la pirámide alimenticia mediante un rompecabezas didáctico.	Transporte Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Facturas Notas de Venta Recibos	Los padres de familia conocen todos los grupos de los alimentos y de esta manera saben que alimentos necesitan sus hijo.
2.3. Elaboración de platos nutritivos.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Aportar con nuevas alternativas para que a los padres de familia se les facilite la incorporación de los alimentos a sus hijos.
3.1. Elaboración del menú que debe consumir un niño y niña durante un día con los padres de familia.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Los padres de familia sabrán que alimentación proporcionar a sus hijos.
3.2. Capacitación para los padres de familia acerca de una	Equipos Materiales de oficina	Registro de asistencia de los padres de familia.	Los niños y niñas tendrán una adecuada alimentación para un

adecuada alimentación.	Impresiones Transporte		correcto desarrollo cognitivo.
3.3. Presentación de tarjetas didácticas con los distintos nutrientes y sus derivados para la concientización de la importancia de una adecuada alimentación en los niños y niñas.	Equipos Materiales de oficina Impresiones Transporte	Facturas Notas de Venta Recibos	Padres de familia más conscientes sobre la alimentación de sus hijos.

Elaborado por: Daniela Pilca.

ANEXO A:



**RECETARIO
CON LOS MENÚS
SALUDABLES
PARA NIÑOS Y
NIÑAS DE 2
AÑOS DE EDAD**



ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Una alimentación saludable consiste en el consumo de alimentos variados y de todos los grupos en las cantidades correctas que provean al organismo todos los nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento del mismo.

La adecuada alimentación garantiza una mejor calidad de vida por lo que es indispensable establecer conductas adecuadas tanto en el hogar como en el Centro de Desarrollo Infantil pues en estos lugares son en donde los niños y niñas pasan la mayor parte del tiempo. Es importante reconocer que la etapa escolar es un proceso en que los niños y niñas se encuentran en constantes cambios tanto en el aspecto físico como en lo intelectual.

Los padres de familia son quienes establecen la alimentación que sus hijos consumen por lo que es esencial proporcionar una alimentación saludable, es decir, que cumpla con todos los requerimientos principales que el organismo necesita y de esta manera incentivar para que los niños y niñas seleccionen y escojan alimentos nutritivos que les ayude a mantener un buen estado de salud

EL PAPEL DE LA FAMILIA

En el hogar es donde se debe promover e incentivar el consumo de alimentos nutritivos, por lo que el papel de los padres de familia en este aspecto es importante porque los niños y niñas aprenden del ejemplo que observan de sus padres, es decir, depende de ellos que mantenga una alimentación saludable.

Es importante que los padres de familia primero concienticen sobre la importancia de una alimentación saludable y adecuada, para luego fortalecerla con actividades que realicen en conjunto padres e hijos, como son realizar las compras juntos, cocinar y comer en familia, lo que puede incentivar a los niños y niñas a aprender nuevas y divertidas maneras de alimentarse.

La incorporación de una dieta equilibrada y saludable es un trabajo en conjunto tanto en el hogar como en el Centro de Desarrollo Infantil que se la debe realizar con responsabilidad, dedicación y tiempo, haciendo que esta actividad sea divertida, amena y agradable al paladar de los niños y niñas, pues de esta manera será más fácil el consumo de alimentos saludables.

INVOLUCRAR A LOS NIÑOS Y NIÑAS EN LA SELECCIÓN DE ALIMENTOS

A algunos niños y niñas les gusta participar en la compra y preparación de los alimentos, esta es una oportunidad en la que se puede conversar con ellos sobre el consumo de una dieta equilibrada. En el momento de la preparación de los alimentos

se le debe asignar a los niños y niñas tareas que vayan acorde a su edad para de esta manera evitar accidentes o que se sientan agobiados por no poder cumplir con lo asignado, al igual que al finalizar el consumo de estos alimentos se le debe felicitar por el trabajo realizado.

NECESIDADES NUTRICIONALES

La alimentación en la primera infancia permite que los niños y niñas tengan un buen desarrollo físico e intelectual para garantizar un óptimo desarrollo integral, en base al desarrollo que van teniendo varia las necesidades de nutrientes que requiere el organismo.

Por tal motivo es indispensable una alimentación adecuada en la infancia lo que le permite a los niños y niñas obtener una salud correcta, una mejor calidad de vida y saber que alimentos son los necesarios para una adecuada alimentación, es por eso que desde muy temprana edad se establecen los hábitos alimenticios que perduraran para toda la vida.

Los niños y niñas son muy vulnerables a cambios en la alimentación tanto positivos como negativos pero con la ayuda de una educación en alimentación se puede ir fomentando hábitos alimenticios correctos para que los niños y niñas puedan ir conociendo los alimentos saludables y no saludables que les brinden una buena salud.

HÁBITOS ALIMENTICIOS

En la edad infantil es donde se establecen y se origina los hábitos alimenticios saludables que tiene su influencia a lo largo de la vida de los niños y niñas, los mismos que se ven influenciados por el entorno en el que se desenvuelven como es su familia, amigos, medios de comunicación y el centro infantil.

Es imprescindible crear en el hogar un ambiente favorable durante la hora de comer, un espacio tranquilo, calmado en el cual los niños y niñas se sientan seguros y confiados porque al compartir el momento de las comidas con otras personas se origina un ambiente de interacción con los demás. Los niños y niñas aprenden por imitación y al observar actitudes positivas en torno a la alimentación se puede ir fomentando una alimentación correcta.

Los niños y niñas deben tener un espacio ya destinado para él en la mesa, con sus vasos, platos y cucharas, evitar que la televisión, juguetes o cualquier tipo de artefacto estén presentes a la hora de comer porque distraen la atención de los pequeños y estos pueden originar algún tipo de accidente.

Es importante establecer y mantener los horarios de comidas, en ocasiones se puede ser flexible, tratando de que el horario de comida no se vuelva a un martirio, se debe trabajar también en la implementación de lavarse las manos siempre antes de

comer, no se le debe dar de comer rápidamente ni al apuro. Con el pasar de los días y con la incorporación de nuevos y variados alimentos a los niños y niñas se irá desarrollando sus gustos por determinados alimentos.



LA PIRÁMIDE ALIMENTICIA



<http://www.mundoprimary.com/infografia-la-piramide-alimenticia-para-ninos>

La pirámide alimenticia es un instrumento que indica mediante gráficos los alimentos que se deben consumir a diario para así mantener una dieta equilibrada y balanceada y por ende una mejor salud.

La pirámide se lee de abajo hacia arriba, porque los alimentos que se encuentran en la parte inferior son aquellos que se deben consumir a diario y una mayor cantidad. Como se va acercando a la punta de la misma va indicando que se debe disminuir el consumo de ciertos alimentos y otros que se debe consumir

ocasionalmente. Esta también se completa con el consumo de agua y la realización de actividad física

La pirámide se encuentra conformada por hidratos de carbono, frutas y verduras, lácteos y frutos secos, carnes, huevos y pescado, dulces y grasas.

LOS HIDRATOS DE CARBONO

Son componentes orgánicos conformados por carbono(C), hidrógeno (H) y oxígeno (O) y se encuentran en alimentos de origen vegetal, aportan energía al organismo para que puede funcionar correctamente. Son la principal fuente de energía que utiliza el organismo para su funcionamiento en especial las células glucodependientes que son las células cardíacas y las del sistema nervioso central

La dieta debe poseer entre el 50 y 60 % del total de las calorías, por tal razón se deben consumir hidratos de carbono de absorción lenta, es decir, alimentos que contengan almidón como cereales, legumbres, Aportan 4kcal, aproximadamente 300g, al día.

Las funciones de los hidratos de carbono son: aportar energía y algunos tiene una función estructural al formar parte de los ácidos nucleicos y a la función cerebral en la transmisión de los impulsos neuronales, la memoria y el aprendizaje.

Relacionar con ejemplos reales en clase.

Fuentes de hidratos de carbono

Cereales y todos sus derivados, legumbres (garbanzos, lentejas, judías), tubérculos (patata, boniatos), frutas, verduras y hortalizas, lácteos en forma de lactosa, caramelos, galletas, chocolates.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+hidratos+de+carbono+para+los+ni%C3%B1os&biw=1366&bih=652&tbn=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=>

FRUTAS Y VERDURAS

FRUTAS

Las frutas frescas tienen fibra, minerales e importantes vitaminas, poseen azúcares, glucosa y fructosa y su valor calórico es bajo, necesarios para evitar enfermedades y mantener una salud adecuada. Se recomienda tomar 2 pedazos de fruta al día, una de ellas debe ser cítrica.

VERDURAS

Las verduras, hortalizas y vegetales son alimentos que contienen vitaminas, minerales como el calcio, hierro, fosforo que pueden ser mejor consumidos con carnes, huevos o leche y fibra, son importantes para el mantenimiento del organismo y para prevenir enfermedades, por lo que se recomienda su consumo diario de una ración variada. Las verduras frescas contribuyen con vitamina C, ayudan al crecimiento, cuidado de las encías y a cicatrizar heridas estos pueden ser: perejil, pimiento, nabo, culantro, apio, col, brócoli.

Las verduras están conformadas por el 80 y 90 % de agua y en ellas se encuentran sales minerales y vitaminas los cuales se pueden perder con mucha facilidad en el momento de cocinarlas, por lo que se recomienda prepararlas un momento antes de consumirlas, tampoco se las debe dejar en remojo, evitan el desarrollo de enfermedades neurodegenerativas.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+verduras&biw=1366&bih=652&tbm=isch&imgil=ZF9xUoFjpKEzM%253A%253Bav>

LÁCTEOS Y FRUTOS SECOS

LÁCTEOS

Los lácteos son la leche y sus derivados como la mantequilla, el yogurt y el queso que aportan con proteínas esenciales para una buena salud, contienen calcio, fosforo y magnesio que son esenciales para que los huesos crezcan sanos y fuertes y para el cuidado de los dientes, con el consumo diario de estos se puede evitar enfermedades como la osteoporosis en la edad adulta y en la vejez, actúan en la transmisión de impulsos nerviosos, la atención y la memoria.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+lacteos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=v2n8VPfXI8XAaggT4xILgCQ&sqi=2&ve>

FRUTOS SECOS

Los frutos secos son semillas que se encuentran cubiertos de una cascara un poco dura y estos no tienen ninguna manipulación humana, poseen agua menos de un 50 %, estos alimentos son energéticos, poseen proteínas, hidratos de carbono, poseen poco fósforo, proteínas, calcio, potasio, hierro, aportan vitaminas sobre todo la vitamina B. Los frutos secos son: las nueces, las almendras, frutas desecadas.

Sirven para controlar el colesterol, la circulación de la sangre y el corazón, su consumo previene problemas vasculares, evita enfermedades como el cáncer, se puede sustituir la leche en aquellas personas que son intolerantes a la lactosa por su alto contenido de calcio, evita enfermedades del intestino, el estreñimiento y en las personas jóvenes beneficia el crecimiento y fortifica los huesos, mejoran el rendimiento intelectual.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&imgil=dPDBT4lBmQuk9M%253A%253BZ3Fsk4KmTpd0M%25>

CARNES Y MARISCOS

CARNES

La carne es el tejido muscular de los animales y es un alimento necesario para el ser humano, aportan con nutrientes como las proteínas entre un 15 y 20 % que favorecen el crecimiento y desarrollo normal de los músculos en especial en la infancia, el hierro para formar los glóbulos rojos de la sangre, previene enfermedades como la anemia y ayuda a una mejor concentración en los estudios, aportan a un correcto funcionamiento del cerebro, evita la degeneración de las células neuronales, la grasa permite que las funciones corporales funcionen correctamente, las vitaminas A, B que sirve para fortalecer el sistema nervioso, D, K y minerales como el cobre, el magnesio, el potasio, el zinc y el hierro permite el transporte del oxígeno a la sangre. Se recomienda el consumo de 3 veces por semana en cantidades de 15 a 20 % es decir, 15 g en los niños, niñas y adultos.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=DWr8VPTmMcafggTo3oH>

MARISCOS

Los mariscos se encuentran conformados por ácidos grasos omega 3 que están asociados con funciones cognitivas como la memoria, la concentración, la comprensión en la lectura y el vocabulario, brindan proteínas de alta calidad, poseen bajos componentes de hidrato de carbono al igual que de grasa, contiene minerales y vitaminas tales como: E que funciona como antioxidante, el ácido fólico para las mujeres embarazadas y prevenir la anemia, la vitamina A para cuidar la piel y la visión, contribuyen a que el sistema nervioso y muscular funcionen adecuadamente, sirven para prevenir anemias, como medio para proveer calcio que ayudan a los huesos y dientes, mejoran las capacidad de aprendizaje, ayudan a tener un equilibrio emocional.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&bo=u&source=univ&sa=X&ei=DWr8>

DULCES Y GRASAS

DULCES

Los dulces ayudan con la energía que el cuerpo necesita, motivan el consumo de alimentos en los niños cuando se los presenta en forma de postres, aumentan el aporte de calorías, por lo que sirven en tratamientos de malnutrición, motivan el consumo de alimentos en los niños y niñas con bajo apetito, bajo peso y talla para ayudar a mejorar el estado de salud de los pequeños.

Su consumo no debe ser exagerado porque el exceso puede ocasionar enfermedades como sobrepeso, obesidad, diabetes y caries dental cuando no existe una adecuada higiene dental.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbid=1&source=univ&sa=X&ei=DWr8>

GRASAS

Son una fuente de calor y energía, el mismo que provee al organismo 9 calorías, el doble de los hidratos de carbono, protegen del frío y sirven para que el organismo funcione correctamente, ayudan a absorber las vitaminas A, D, E, K. Se recomienda el consumo diario de un 30% de grasas, contienen ácidos y colesterol para formar membranas celulares en los órganos como la retina de los ojos y el sistema nervioso central



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbid=1&source=univ&sa=X&ei=DWr8>

ACTIVIDAD FÍSICA

La actividad física es fundamental para el desarrollo mental y social del niño; este conjuntamente con una alimentación adecuada ayudara a regular el peso corporal y evitar enfermedades, beneficia las habilidades motoras, cognitivas, mejorando sus relaciones personales como el respeto, aprender a aceptar la derrota, respetar reglas,

esperar su turno; mejora el rendimiento escolar, desarrollar el pensamiento abstracto, la concentración.



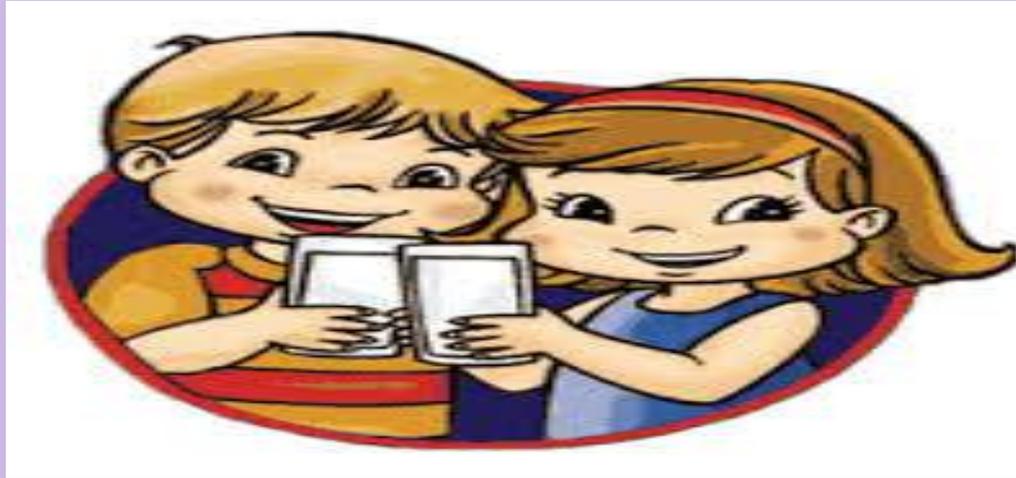
<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&bo=u&source=univ&sa=X&ei=DWr8VPTmMcafggTo3oHQAaw&>

AGUA

Es un elemento fundamental para la salud de todo ser humano, porque interviene en todas las funciones que debe realizar el organismo, transporta y absorbe las vitaminas y minerales.

El consumo de agua debe ser diario para evitar así la fatiga y la falta de concentración, por lo que no solamente se debe tomar en el momento que se tenga sed sino durante todo el día, la manera correcta de consumirla es en forma lenta y en pequeñas cantidades.

En los niños se recomienda que tomen un vaso de agua antes de iniciar la hora de clase, lo que les ayudara a obtener mejores resultados en los procesos de aprendizaje, durante esas horas de estudio.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+de+frutos+secos&biw=1366&bih=652&tbm=isch&bo=u&source=univ&sa=X&ei=DWr8>

ACTIVIDAD

Nombre: Presentación de tarjetas didácticas con los distintos alimentos y sus derivados para la concientización de la importancia de una adecuada alimentación en los niños y niñas.

Objetivo: Conocer mediante las tarjetas didácticas los distintos grupos de alimentos e identificar algunos de sus ejemplos.

Desarrollo:

Tarjetas con ejemplo de alimentos que los niños y niñas deben consumir a diario para un mejor desarrollo de su capacidad intelectual.

BENEFICIOS DE UNA ADECUADA ALIMENTACIÓN EN EL ÁMBITO COGNITIVO

Es fundamental que los padres de familia reconozcan la importancia de una adecuada alimentación desde muy temprana edad porque esta etapa es la base principal de los efectos que esta puede tener ya sean negativos o positivos y su influencia a lo largo de la vida y por ende su inciden en el desarrollo intelectual.

Cuando el niño se encuentra adecuadamente alimentado en su infancia este puede tener efectos positivos en su salud y sobretodo en las funciones relacionadas al ámbito cognitivo como en la atención, memoria, su capacidad para aprender y en el rendimiento escolar.

Según estudios científicos se determina que cuanto más temprano el niño y niña se beneficien de una adecuada alimentación se podrá obtener un mejor desarrollo en lo intelectual, en lo motor y en sus habilidades por lo que es sumamente importante una alimentación que cumpla con todo los requerimientos necesarios para un mejor desenvolvimiento cognitivo.

Gracias al consumo de ciertos alimentos el desempeño de los niños y niñas en el ámbito educativo se ve beneficiado porque estos alimentos contienen ciertas sustancias que aportan significativamente a un correcto desarrollo de las funciones

cognitivas como el aprendizaje, el lenguaje, la atención, la memoria, funciones ejecutivas y el rendimiento intelectual.

La alimentación en la infancia es indispensable porque en esta etapa el cerebro de los niños y niñas está en un proceso de cambios que tienen que ver con el desarrollo de las membranas y de la mielina en las neuronas por lo que los alimentos como proteínas, carnes, grasas, lácteos y carbohidratos son esenciales para los pequeños.

La glucosa cumple un papel relevante en el aprendizaje y el rendimiento cognitivo de los niños y niñas porque el cerebro funciona mejor cuando tiene los niveles de glucosa estables por lo que es importante vigilar que el cerebro disponga de esta sustancia mediante el consumo de alimentos como la miel, el pan integral, los cereales y las legumbres que ayudarán a tener mejores condiciones de aprendizaje.

DESAYUNO

Es la comida principal de día elevando los niveles de glucosa en el cuerpo lo que ayuda a un correcto funcionamiento del organismo. El no desayunar afecta a la concentración, al estado de ánimo, la memoria, tendrá una menor capacidad para retener el conocimiento, afecta al rendimiento físico por la falta de glucosa. Un desayuno correcto debe aportar al organismo un 20 a 25 % de calorías que se necesitan en todo el día, el mismo que se le debe asignar 15 minutos para su consumo de forma tranquila y relajada. El desayuno debe estar conformado por hidratos de carbono, como pan, cereales, galletas, tostadas, una ración de lácteos como leche o yogurt, un pedazo de fruta, proteínas como huevos o queso. Este tipo de desayunos ayuda a que los niños y niñas mejoren su rendimiento escolar y su capacidad cognitiva.



<https://www.google.com.ec/search?q=el+desayuno+en+los+ni%C3%B1os&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei>

ALMUERZO

Es fundamental en los niños y niñas en edad escolar, puesto que forma un tercio o una mitad del nivel nutricional que los pequeños deben consumir durante todo el día, les ayuda a obtener buenos resultados en el Centro de Desarrollo Infantil, para su crecimiento en forma saludable. Comer después de varias horas proporciona al cuerpo de energía, eleva los niveles de azúcar en el cuerpo y ayuda a la concentración, la desmotivación y cansancio



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+del+almuerzo+de+los+ni%C3%B1os&biw=1366&bih=652&tbn=isch&tbo=u&source>

MERIENDA

Equivale el 30 % de toda la comida del día por lo que debe ser liviana, con alimentos cocinados al vapor o hervidos para que la digestión no sean tan pesada y

rápida. Es recomendable no saltarse la hora de la merienda porque el organismo no tiene todas las calorías necesarias para su correcto funcionamiento, lo que hace además que no pueda descansar adecuadamente durante las horas de sueño.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+del+almuerzo+de+los+ni%C3%B1os&biw=1366&bih=652&tbm=isch&tbo=u&sour>

MENÚ DIARIO PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD

PRIMERA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche con cacao, tortilla de huevo, tostada con mermelada, una pera.	Colada de machica, pan con queso, uvas.	Leche batida con plátano, tostada con queso y huevo cocido.	Leche con cereal y manzana picada con pasas.	Colada de avena, tostada con mantequilla, piña y papaya picadas.
REFRIGERIO	Sanduche de pan integral con queso y jamón, jugo de tomate de árbol.	Papas con salsa de queso y jugo de sandía.	Ensalada de frutas papaya. Kiwi y naranja.	Choclo con queso y un vaso de agua.	Yogurt natural con manzanas y nueces picadas.
ALMUERZO	Crema de espinaca con canguil, arroz con pechuga a la plancha,	Caldo de pollo, arroz con garbanzo, plátano frito	Locro de brócoli, tallarín con pollo, ensalada de	Sopa de quinua, arroz relleno con pollo y	Sopa de verduras, arroz con corvina frita y papas

	y naranja.	y una mandarina	lechuga picada y mango.	carne, plátano frito y rodajas de tomate.	cocidas, ensalada de coliflor con cebolla y tomate.
REFRIGERIO EN LA TARDE	Avena con galletas.	Yuca frita con mantequilla, queso y agua aromática.	Sanduche de jamón con queso y gelatina.	Kiwi con uvas	Rollitos de mortadela y pera.
MERIENDA	Tortilla de papas con salchicha y agua	Arroz con estofado de carne.	Papas fritas con ensalada.	Estofado de pollo con papas al vapor y plátano cocinado.	Majado de verde con queso y gelatina.

SEGUNDA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Leche batida con mora, pan con mantequilla y queso y un pedazo de melón.	Waffles con leche, huevo cocinado y un pedazo de plátano.	Colada de manzana, pan con mortadela y jugo de mora.	Vaso de leche con tostada, tortilla de huevo con espinaca y jugo de naranjilla.	Colada de plátano, tostada con mermelada y un poco de frutillas.
REFRIGERIO	Galletas con atún.	Higos con queso y un vaso de agua.	Habas con mellocos y queso.	Leche con plátano picado.	Mote con huevo revuelto.
ALMUERZO	Sopa de avena, arroz con lenteja y carne y un durazno	Crema de suquini con queso, arroz con pescado sudado con vainitas y zanahoria.	Menestrón de pollo, salsa de maní con papas, lechuga y tomate en rodajas y jugo de mora.	Sopa de arroz de cebada, fideo con papas, atún y queso crema y una tuna.	Repe de verde con queso y leche, chuleta de chancho, papas cocinadas y ensalada de pepinillo.
REFRIGERIO EN LA TARDE	Pristiños con agua aromática.	Sanduche con manjar de leche.	Arroz de dulce con galletas de sal.	Tortilla de verde con queso y	Sanduche de pollo con un vaso de

				agua aromática.	leche.
MERIENDA	Hígado frito con ensalada de brócoli con arvejas y una granadilla.	Colada de avena con pan y queso.	Muchines de yuca con queso y agua aromática.	Estofado de salchicha con arroz y un durazno.	Tortilla de huevo con jamón y arroz.

TERCERA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Un vaso de leche, pan con mantequilla y un pedazo de manzana picada.	Colada de avena con naranjilla, pan con queso y melón picado.	Yogurt natural con pera picada, huevo cocinado.	Colada de manzana, tortilla de huevo con espinaca y pan con jamón.	Colada de plátano, tostada con mermelada y un poco de frutillas.
REFRIGERIO	Sanduche de atún, un vaso de agua.	Galletas con mermelada y un vaso de agua.	Fideo con huevo revuelto, un vaso de gelatina.	Arroz de dulce con galletas de sal.	Sanduche de pollo con un vaso de leche.
ALMUERZO	Sopa de arroz, puré de papas con pollo a la plancha.	Crema de espinaca con canguil, arroz con pechuga a la plancha, y naranja.	Sopa de fideo con estofado de salchicha con arroz y un durazno.	Locro de acelga, arroz con frejol y carne frita y un durazno.	Sopa de arroz de cebada con pollo al vapor, ensalada de verduras.
REFRIGERIO EN LA TARDE	Mote con huevo revuelto.	Galletas con gelatina.	Uvas y granadilla.	Chochos con tostado, un vaso de agua.	Yogurt natural con galletas.

MERIENDA	Crema de tomate con papas fritas, un durazno.	Colada de machica, pan con queso y frutilla.	Tortilla de verde con queso, agua aromática.	Pollo al jugo con papas cocidas y ensalada de lechuga.	Tortilla de huevo con salchicha, un vaso de gelatina.
----------	---	--	--	--	---

CUARTA SEMANA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Un vaso de leche con cacao, huevo cocinado y pan con queso.	Colada de manzana, pan con mortadela y jugo de mora.	Jugo de naranjilla, tortilla de huevo y pan.	Leche con cereal y manzana picada con pasas.	Wafles con leche, huevo cocinado y un pedazo de plátano.
REFRIGERIO	Batido de mora con galletas.	Tostado revuelto con miel de panela un vaso de agua.	Leche con kiwi y nueces.	Yogurt con plátano picado y almendras picadas.	Mote con cebolla picada.
ALMUERZO	Sopa de avena, arroz con lenteja y carne y un durazno	Sopa de zambo, arroz con corvina frita y ensalada.	Locro de habas con col, arroz con carne al jugo y un pedazo de aguacate.	Sopa de quinua, arroz con pollo asado y ensalada con pepinillo.	Crema de espárragos, arroz con menestra de garbanzo.
REFRIGERIO EN LA TARDE	Avena con galletas.	Choclo con queso.	Galletas con manjar de leche y agua.	Yuca frita con queso y agua aromática.	Sanduche de atún, un vaso de agua.

MERIENDA	Tortilla de papas con salchicha y agua	Colada de plátano con pan jamón y queso.	Papas fritas con ensalada de aguacate y tomate.	Yuca frita con agua aromática.	Tortilla de huevo con espinaca, leche y pan.
----------	--	--	---	--------------------------------	--



RECETAS

SOPA DE VERDURAS



Ingredientes:

- 2 pedazos de pollo
- 3 pedazos de brócoli
- 1 cebolla perla
- 2 unidades de ajo picado
- 2 pedazos de coliflor
- 3 unidades de papa picada
- 1 zanahoria picada
- 1 pedazo de zuquini picado
- Sal al gusto

Procedimiento: Refreír la cebolla perla con aceite y ajo picado, agregar el agua, la zanahoria picada y el pollo, dejar que se cocine para luego agregar la papa picada, el melloco, la coliflor, el brócoli y el zuquini, dejar cocinar por varios minutos más.

CREMA DE ZUQUINI



Ingredientes:

- 1 taza de caldo de pollo
- 1 unidad de cebolla picada
- 2 unidades de ajo picado
- $\frac{1}{4}$ de leche
- 100 grs. De Tocino
- Medio zuquini picado en cuadritos
- Media zanahoria
- Medio aguacate
- Sal, perejil al gusto

Procedimiento: Refriar la cebolla junto con el ajo, el zuquini y el tocino. Añadir el caldo de pollo y cocinar por 10 minutos aproximadamente, dejar enfriar y licuar. Colocar en una olla y agregando la sal y leche al gusto servir.

ARROZ CON PESCADO FRITO



Ingredientes:

- Una porción de arroz cocinado
- Una porción de pescado sin huesos
- Tajas de tomate
- Rodajas de pepinillo
- Sal y culantro al gusto

Procedimiento: Procedemos a hacer el arroz blanco, filetear el pescado y adobar con ajo, sal y comino, freímos el pescado con apañadura de harina, realizamos una ensalada de pepinillo, lechuga, tomate, sal, pimienta y limón y servir.

ARROZ CON POLLO ASADO



Ingredientes:

- Una porción de arroz
- Una porción de pollo
- Trozos de brócoli y coliflor
- Una porción de lechuga
- Rodajas de zanahoria y tomate

Procedimiento: Procedemos a hacer el arroz blanco, lavamos, cortamos y adobamos con ajo, sal y comino el pollo. Colocamos en el horno a 180 el pollo, realizamos una ensalada de lechuga, tomate sal pimienta y limón, cocinamos coliflor, brócoli y zanahoria al vapor. Servimos.

PAPAS FRITAS CON SALCHICA



Ingredientes:

- 3 papas picadas
- 1 salchicha picada en rodajas
- Una porción de lechuga picada
- Tiritas de tomate
- Sal, perejil al gusto

Procedimiento: Lavamos y picamos las papas, freímos con aceite, cocinamos las salchichas y servimos.

CARA FELIZ CON FRUTAS



Ingredientes:

- 1 kiwi
- 1 tuna
- 6 uvas
- 3 capulíes
- 2 rodajas de plátano

Procedimiento: Lavamos, picamos las frutas y decoramos según al gusto.

YOGURT CON FRUTAS Y ALMENDRAS



Ingredientes:

- Una taza de yogurt natural
- 4 rodajas de manzanas
- 4 uvas
- Una porción de almendras
- Un pedazo de kiwi
- 3 capulíes

Procedimiento: Lavamos las frutas y las colocamos en un recipiente con el yogurt, adornando el mismo según su gusto.

YUCA FRITA CON AGUA AROMÁTICA



Ingredientes:

- 2 yucas pequeñas
- 1 vaso de agua aromática
- 2 pedazos de queso

Procedimiento: Lavamos y pelamos las yucas, cocinamos en abundante agua con sal hasta que estén suaves, las picamos y las colocamos en un plato con el queso.

PRISTIÑOS CON AGUA AROMÁTICA



Ingredientes:

- Una porción de harina
- 1/4 de agua caliente
- Sal, polvo de hornear al gusto
- 3 uvas
- Miel al gusto
- 1 huevo

Procedimiento: Se coloca en un recipiente la harina, el huevo, la sal, el polvo de hornear y el agua, se procede a mezclar todo hasta se forme una masa suave y se realiza las formas que se desee. Se coloca en el plato con la decoración que sea de su agrado.

YOGURT CON FRUTILLAS



Ingredientes:

- Una taza de yogurt
- 3 frutillas picadas

Procedimiento: Se pone el yogurt en un vaso y se cortan las frutillas para colocarlas en el plato armando la figura que se desee y se adorna según su gusto.

GELATINA CON GALLETAS



Ingredientes:

- 6 galletas
- Una taza de gelatina

Procedimiento: Se pone a hervir 6 tazas de agua para luego verter el contenido de una funda de gelatina, luego se aumenta 6 tazas de agua fría, se deja enfriar y se mete al refrigerador. Se adorna según el gusto.

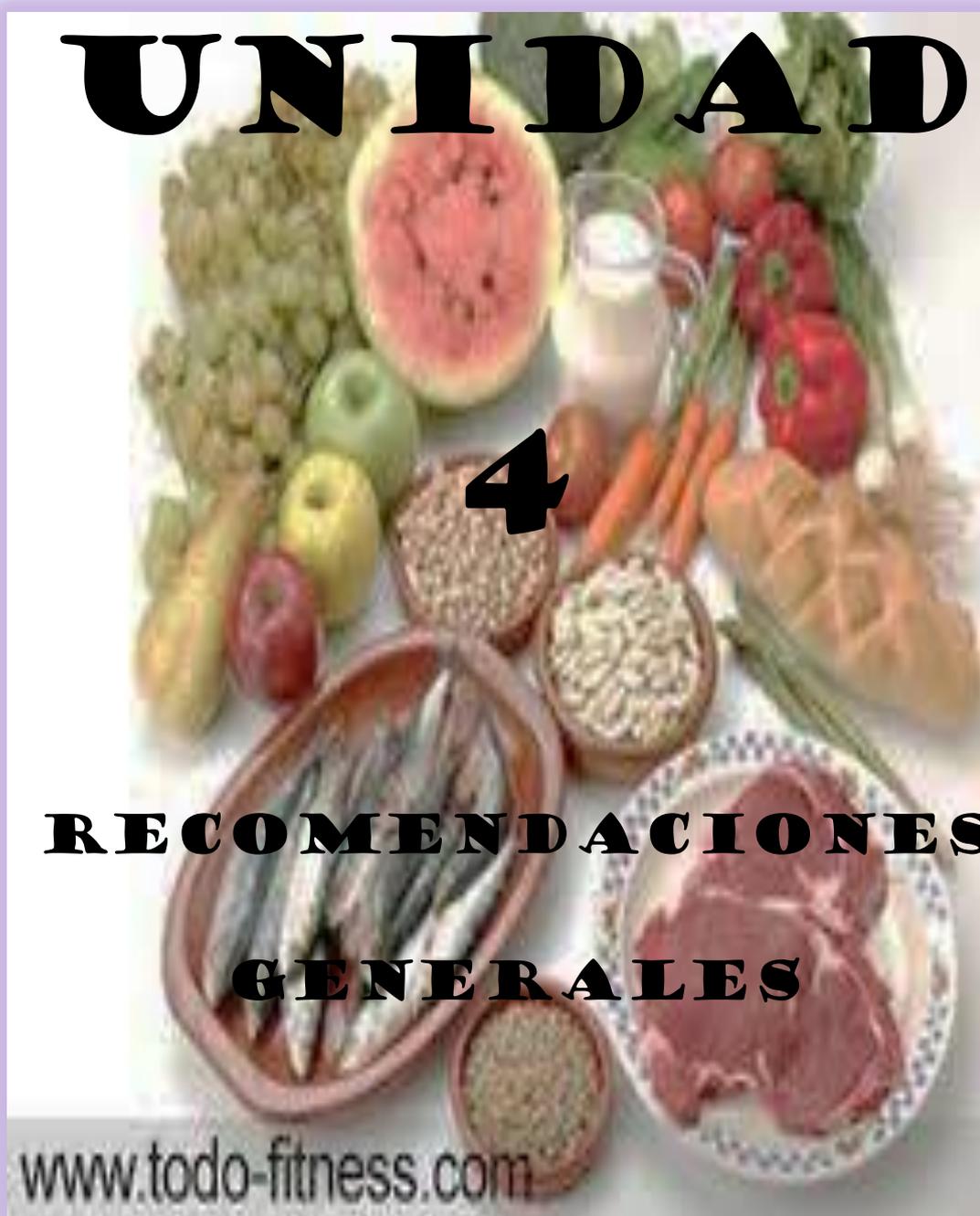
PLÁTANOS COCINADOS CON LECHE



Ingredientes:

- 1 plátano cocinado
- 7 capulíes
- Una taza de leche
- 6 rodajas de manzana

Procedimiento: Poner a cocinar el plátano, dejar enfriar para cortarlo en rodajas y realizar la presentación del mismo según la decoración que desee conjuntamente con la leche.



A continuación se presentan consejos para la alimentación de los niños y niñas de 2 años de edad:

Sea un ejemplo a seguir de sus hijos, en la infancia es el edad en la cual los niños y niñas crean y desarrollan hábitos, por lo que es importante adoptar y mantener una dieta equilibrada, nutritiva y saludable por parte de los padres de familia, recuerde que los niños y niñas de 2 años de edad aprenden por imitación.

En el hogar se deben reforzar las conductas alimenticias positivas y eliminar o ignorar las negativas considerando que estas no perjudiquen a los niños y niñas.

Permitirles a los niños y niñas ser partícipes de la selección y preparación de los alimentos en el hogar, considerando que las actividades que se les encomiende estén acorde a la edad de los pequeños para evitar algún tipo de accidente.

Proveerles a los niños y niñas los alimentos en diferentes y nuevas alternativas en su presentación que llamen la atención de los pequeños y que les motive a comerlos, porque de esta manera se ira incentivando el consumo de alimentos adecuados en los pequeños.

No usar la comida como soborno, evitar que el postre se convierta en una recompensa por haber terminado toda la comida, porque los niños y niñas deben entender que tienen que comer todos los alimentos que sus padres les proporcionan a la hora de comer.

Procurar que la hora de comida sea siempre en familia, en un ambiente tranquilo, seguro y confiable, en el que los infantes no noten que sus padres se sienten preocupados o estresados, así los niños y niñas sentirán que pueden expresar sus ideas, sentimientos y gustos.

La incorporación de nuevos alimentos a la dieta de los niños y niñas debe ser de a poco y en diferentes opciones, procurando que esto sea cuando los infantes se sientan hambrientos, porque en esos momentos es más fácil el consumo de estos.

Los padres de familia deben poseer un cierto nivel de conocimiento en torno a la alimentación de sus hijos porque de esta manera van a saber que alimentos son importantes en la dieta de sus hijos y en lo posible proveerles mejores alimentos que les ayude a desarrollar sus habilidades y destrezas.

Considerar el tipo y la calidad de alimentos que los niños y niñas tienen a su disposición en casa.

Cuando los niños y niñas llegan a casa por la tarde después de la jornada educativa se recomienda servirles la merienda porque en muchas ocasiones los pequeños a esa hora se sienten hambrientos, por lo que van a disfrutar mejor de la hora

de comer, podrán tener tiempo para jugar y tal vez esperar a sus padres que lleguen del trabajo.

Después de la jornada educativa no proporcionarle a los niños y niñas alimentos con altos contenidos de azúcares porque esta comida le producirá estrés e hiperactividad innecesaria a esta hora, aparte estos alimentos satisfacen su hambre momentáneamente.

Evite las comidas en restaurantes de comida rápida y los refrigerios pocos nutritivos, como las papas fritas y los dulces, no los elimine por completo, hágalo de poco a poco porque los niños y niñas pueden aferrarse más a ellos, lo que si puede hacer es ofrecerlos de vez en cuando y en muy pocas cantidades.

Practicar actividades en familia que incentiven la realización de la actividad física y el consumo de alimentos saludables como hacer un picnic en la montaña, salir al parque y llevar los alimentos que comúnmente no les gusta comer y así incentivar su consumo de una manera diferente.

Los padres de familia deben tener paciencia para que los niños y niñas comen todos los alimentos que se les presenta en la dieta diaria he ir de poco a poco motivándolos para que coman los alimentos adecuados.

ACTIVIDAD

Nombre: Contribución con consejos sobre la alimentación mediante un cubo didáctico.

Objetivo: Aportar con alternativas y soluciones sobre los posibles problemas acerca de la alimentación para mejorar la calidad de alimentos que los padres de familia proporcionan a sus hijos.

Desarrollo: Realizar el cubo didáctico con preguntas referentes a la alimentación de los niños y niñas de 2 años de edad.

ANEXO B: Encuestas

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO
INFANTIL "GOTAEI", AÑO LECTIVO 2015.

N° ___

INSTRUCCIONES:

Estimado Sr/Sra.:

Solicito cordialmente dar respuesta al presente cuestionario, el mismo que pretende obtener información acerca de la alimentación en los niños y niñas de 2 años de edad.

Marque con una equis (X) el casillero de la respuesta que tenga mayor relación con su criterio. Para responder a cada pregunta tenga en cuenta la siguiente escala:

- | | | |
|---|----|------------------|
| 5 | S | (Siempre) |
| 4 | CS | (Casi Siempre) |
| 3 | F | (Frecuentemente) |
| 2 | AV | (A Veces) |
| 1 | N | (Nunca) |

Por favor contestar todos los ítems.

Revise su cuestionario antes de entregarlo.

La encuesta es anónima.

Objetivos:

- Seleccionar la información recopilada, seleccionándola y organizándola para determinar qué tipo de nutrición adquieren los niños y niñas de 2 años.
- Promover una adecuada alimentación de los niños y niñas de 2 años de edad en sus hogares.

		ESCALA CUALITATIVA	S	C S	F	A V	N
N°	ASPECTO	ESCALA CUALITATIVA	5	4	3	2	1
1	¿Considera que el consumo de comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?						
2	¿Para que su hijo consuma todos los alimentos que usted le proporciona le presenta los mismos de forma divertida para que sea de su agrado?						
3	¿Asiste continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?						
4	¿Cree usted que los alimentos como las proteínas, carbohidratos y los cereales tienen efectos negativos para buen rendimiento en el aula de clases de sus hijos?						
5	¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?						
6	¿Usted como padre de familia conoce sobre la alimentación que su hijo debe recibir?						
7	¿Cree usted que el consumo de alimentos no saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en el aula de clases?						
8	¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de grasa, carbohidratos y azúcares?						
9	¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?						
10	¿Cree usted que selecciona adecuadamente los alimentos saludables y no saludables para una correcta alimentación?						

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA
DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

N°

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO
INFANTIL "GOTAEL", AÑO LECTIVO 2015.

INSTRUCCIONES:

Estimado Sr/Sra.:

Solicito cordialmente dar respuesta al presente cuestionario, el mismo que pretende obtener información acerca de la alimentación en los niños y niñas de 2 años de edad.

Marque con una equis (X) el casillero de la respuesta que tenga mayor relación con su criterio. Para responder a cada pregunta tenga en cuenta la siguiente escala:

- | | | |
|---|----|------------------|
| 5 | S | (Siempre) |
| 4 | CS | (Casi Siempre) |
| 3 | F | (Frecuentemente) |
| 2 | AV | (A Veces) |
| 1 | N | (Nunca) |

**Por favor contestar todos los ítems.
Revise su cuestionario antes de entregarlo.**

Objetivos:

- Seleccionar la información recopilada, seleccionándola y organizándola para determinar qué tipo de nutrición adquieren los niños y niñas de 2 años.
- Promover una adecuada alimentación de los niños y niñas de 2 años de edad en sus hogares.

N°	ASPECTO	ESCALA CUALITATIVA	S	C	F	A	N
		ESCALA CUALITATIVA	5	4	3	2	1
1	¿Considera que no consumir comida chatarra aporta a que los niños y niñas se desenvuelvan correctamente en el Centro de Desarrollo Infantil?						
2	¿Cree que al presentarle a su hijo los alimentos de forma divertida, estos serán agradables para su consumo?						
3	¿Considera que es importante asistir continuamente a talleres sobre la alimentación para los niños y niñas de 2 años de edad?						
4	¿Cree usted que los alimentos como las frutas, verduras y los cereales tienen efectos positivos para un buen rendimiento en las clases de sus hijos?						
5	¿Considera que la alimentación que usted le proporciona a su hijo aporta a una correcta concentración y atención?						
6	¿Usted como padre de familia posee un mejor conocimiento sobre la alimentación que su hijo debe recibir?						
7	¿Cree usted que el consumo de alimentos saludables aporta a que los niños y niñas se desarrollen adecuadamente en las clases?						
8	¿Proporciona a su hijo comida en porcentajes altos de proteínas, vitaminas y minerales?						
9	¿Conoce usted la relación que existe entre el desarrollo cognitivo y la alimentación?						
10	¿Cree usted al seleccionar adecuadamente los alimentos saludables y no saludables su hijo tendrá una correcta alimentación?						

ANEXO C: Registro de asistencia al taller de los padres de familia.

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

TALLER: Nutrición adecuada en niños y niñas de 2 años de edad. Creación de un recetario con menús saludables dirigido a padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil "Gotael" del Distrito Metropolitano de Quito 2014- 2015.

FECHA: Viernes 13 de Marzo del 2015.

REGISTRO DE ASISTENCIA DE LOS PADRES DE FAMILIA

Nº	NOMBRES	APELLIDOS	C.I.	FIRMA
1	Belen	Vergara	1723247162	[Firma]
2	Sofia	Zurita	171013011-1	[Firma]
3	Vernica	Onela	1316253484	[Firma]
4	ROGER	Tayo	1711749117	[Firma]
5	Cocilino	Bartidos	17262378-5	[Firma]
6	daucado	barvillo	170873616-8	[Firma]
7	Consuelo	Flores	1715547767	[Firma]
8	German	Espin	1700410518	[Firma]
9	Luis	Moreno	1709534005	[Firma]
10	MARCELO	CORDAZ	141127296-1	[Firma]
11	ANDRÉS	CARBUA	172185371	[Firma]
12	Humberto	ALVAREZ	1701570694	[Firma]
13	Naybeth	Moreno	1750172639	[Firma]
14	Nancy	Calle	1710575224	[Firma]
15	Alexandra	Piña	1721299798	[Firma]
16	Gertrudis Jiriz	Jiriz	1704771130	[Firma]
17	Marcela	Clavón	1711647904	[Firma]
18	Marytla	Garzón	1709417779	[Firma]
19	Manuela	Chapí	1701304405	[Firma]
20	Antonio	Pineda	1716724644	[Firma]
21	Julita	Julio	170600620-5	[Firma]

ANEXO D: Autorización aplicación de la propuesta



AUTORIZACIÓN

Quito, QM 2015-03-13

En calidad de Directora del Centro Infantil "Gotas de Colores", yo Lic. María Soledad Romero, con CI 1787871778, autorizo a la señora MARÍA DANIELA PILCA JUJÚ con CI. 1720210860, estudiante del INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA, de la carrera de DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL a realizar la socialización de la propuesta sobre el tema NUTRICIÓN ADECUADA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD. CREACIÓN DE UN RECETARIO CON MENÚS SALUDABLES DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL GOTAEEL DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO 2014-2015, el día VIERNES 13 de marzo del 2015.

El presente certificado, es expedido para fines que estime convenientes el interesado.

ATENTAMENTE


Licda. María Soledad Romero MGA.
DIRECTORA
SECCIÓN PRE-ESCOLAR Y PREBÁSICA



ANEXO E: Certificado aplicación de las encuestas.



CERTIFICADO

Quito, DM 2015-03-09

En calidad de Directora del Centro infantil "Gottas de Colores", yo Lic. María Soledad Romero, con CI 1707871770, certifico que la señora **MARÍA DANIELA PELCA JULIO** con CI: 1722270863, estudiante del INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA, de la carrera de DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL, realizó las encuestas destinadas a los padres de familia referentes al tema **NUTRICIÓN ADECUADA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD. CREACIÓN DE UN RECETARIO CON MENÚS SALUDABLES DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL GOTAEI DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO 2014-2015**, el día **VIERNES 13 de marzo del 2015**.

El presente certificado, es expedido para fines que estime convenientes el interesado.

ATENTAMENTE


Lic. María Soledad Romero MEd.
DIRECTORA
SECCIÓN PRE-ESCOLAR Y PRIMARIA



ANEXO F: Fotos Socialización Propuesta.

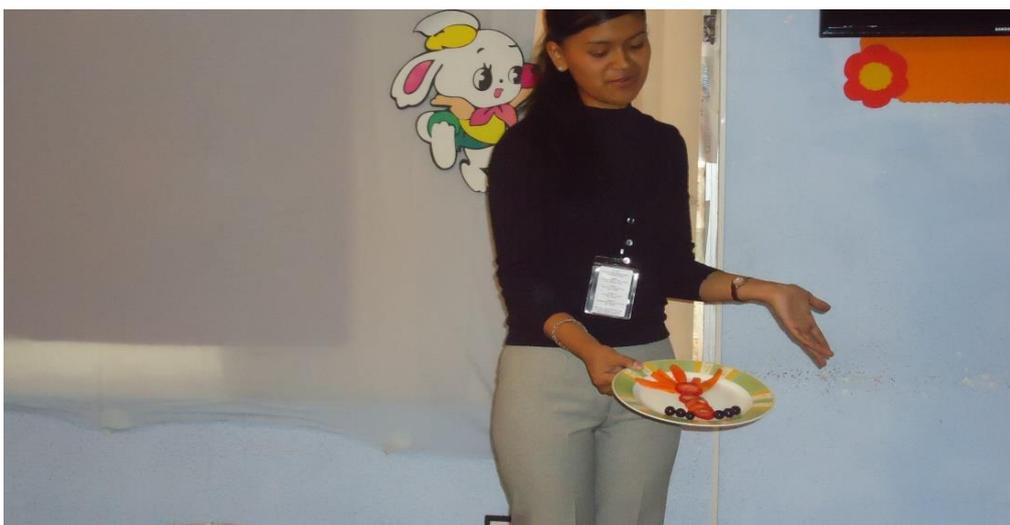








NUTRICIÓN ADECUADA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 AÑOS DE EDAD. CREACIÓN DE UN RECETARIO CON MENUS SALUDABLES DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "GOTAEI" DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO 2014- 2015.











BIBLIOGRAFÍA

Alimentación de Tus Niños. (2005) *Nutrición Saludable De La Infancia a la Adolescencia*. España.

Camacho C. (1999). *Guía Práctica De Nutrición Infantil*. Colombia. Gamma S.A.

Carlos G. (2012). *Educación y Crecimiento Padres 10. Alimentación Infantil*. España. Grupo Océano.

Frontera P & Cabezuelo G. (2004). *Guía Para Padres*. Barcelona: Amat.

National Food Service Management Intitute. (2010). *Mealtime Memo Para El Cuidado Infantil*.

Plaza J. (1992). *Puericultura*. Barcelona. R.R Bowker.

DOCUMENTOS LEGALES

Código De La Niñez y Adolescencia. (2013). Quito-Ecuador. El Forum.

Constitución Política Del Ecuador. (2013).

Plan Nacional del Buen Vivir. (2013-2017). Mejorar La Calidad De Vida De La Población. Quito-Ecuador. Senplades.

Agencia Pública De Noticias De Quito. (2014). Recuperado el 18 de Noviembre del 2014, de http://www.noticiasquito.gob.ec/Noticias/news_user_view/acciones_coordinadas_para_disminuir_desnutricion_infantil_en_quito--3640

Agencia Pública De Noticias Del Ecuador y Suramérica. Recuperado el 15 de Diciembre del 2014, de <http://www.andes.info.ec/es/ecuador-voto-2013-sociedad/ecuador-disminuy%C3%B3-%C3%ADndices-desnutrici%C3%B3n-infantil.html>

Estrategias Naus. (2015). Recuperado el 25 de Enero del 2015, de http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/csym/nutricion_saludable/

Medina V. Guía Infantil. (2015). Recuperado el 25 de Febrero del 2015, de <http://www.guiainfantil.com/salud/alimentacion/alimentacion.htm>

Organización Mundial De La Salud. (2015). Recuperado el 20 de Enero del 2015, de <http://www.who.int/features/qa/57/es/>