

**INSTITUTO
TECNOLÒGICO
SUPERIOR
CORDILLERA**

PROYECTO DE GRADO CARRERA DE EDUCACIÓN

LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTELECTUAL

**CENTRO DE
EDUCACIÓN
INICIAL
"CUMANÀ"**

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “CORDILLERA”

CARRERA DE EDUCACIÓN



“DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL”

**PROYECTO: LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU
INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTELECTUAL.
IMPLEMENTACIÓN DE UN HUERTO ORGÁNICO Y
MANUAL NUTRITIVO; COMO GUÍA PARA LA
ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE
EDUCACIÓN INICIAL “CUMANÁ” UBICADO EN EL
SECTOR DE SAN JOSÉ DE MINAS; DISTRITO
METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012-2013.**

Autora: PANAMÁ, Fuerez, Margarita Manuela

Directora: Doctora MONTES, Vaca, Estela

Quito, Mayo 2013

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN

En mi calidad de Director de Trabajo de Graduación en la **Carrera de Educación**, nombrado por el Consejo de Escuela en la fecha de.....

CERTIFICO:

Que se ha procedido al estudio del Trabajo de Graduación de la alumna

MARGARITA MANUELA Panamá Fuerez, como requisito previo al desarrollo de la investigación para optar por el título de tecnóloga en el **Desarrollo del Talento Infantil**.

EL TEMA de investigación se refiere a: “LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTELECTUAL. IMPLEMENTACIÓN DE UN HUERTO ORGÁNICO Y MANUAL NUTRITIVO COMO GUIA PARA LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL “CUMANÁ”, UBICADO EN EL SECTOR DE SAN JOSÉ DE MINAS, AÑO 2012-2013”

Presentado por alumno:

Panamá Fuerez Margarita M.

Cedula de ciudadanía N°

Ing.

Ciudad, Mayo 2013

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 el estudiante Margarita Manuela Panamá Fuerez, por sus propios y personales derechos, a quién en lo posterior de le denominará “CEDENTE”: y, por otra parte, INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA, representado por Rector el Ingeniero Ernesto Flores Córdova, a quien en lo posterior se le 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: ANTECEDENTES.- a) El cedente dentro del pensum de estudio en la carrera de ”Desarrollo del Talento Infantil” que imparte el Instituto Tecnológico Superior Cordillera y con el objeto de obtener el título de Tecnóloga en Desarrollo del Talento Infantil, el estudiante participa en el proyecto de grado denominado “La desnutrición infantil y su incidencia en el Desarrollo Intelectual”, el cual incluye la creación y desarrollo de la implementación de un huerto orgánico y manual nutritivo; como guía para la alimentación de los niños del Centro de Educación Inicial “Cumaná” ubicado en el sector de san José de Minas; Distrito Metropolitano de Quito año 2012-2013 para lo cual ha implementado los conocimientos . **b)** Por iniciativa y responsabilidad del Instituto Tecnológico Superior Cordillera se desarrolla la implementación del huerto orgánico y manual nutritivo como guía para la alimentación de los niños del Centro de Educación inicial..motivo por el cual se regula de forma clara le 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 DE TRANSFERENCIA.- Con el antecedente indicado, el Cedente libre y voluntariamente cede y transfiere de manera perpetua y gratuita todos los derechos patrimoniales de la implementación del huerto orgánico y su manual nutritivo como guía de alimentación descrita en la clausula anterior a

favor del Cesionario, sin reservarse para si ningún privilegio especial (código fuente, código objeto, diagrama de flujo, planos manuales de uso, etc.). El Cesionario podrá explotar la implementación del huerto orgánico y su manual nutritivo como guía de alimentación 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 del programa de ordenador por cualquier forma o procedimiento; b) La comunicación pública del proyecto,

c) La distribución pública de ejemplares o copia, la comercialización, arrendamiento o alquiler de la implementación del huerto orgánico y su manual nutritivo como guía de alimentación; d) Cualquier transformación o modificación del programa de ordenador; e La proyección y registro en el IEPI el programa de ordenador a nombre del Cesionario; f) Ejercer la protección jurídica del programa de ordenador; 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 estatura, secuencia y organización del programa de ordenador que es objeto del presente contrato, como tampoco emplearlo o utilizarlo a título personal, ya que siempre se deberá guardar la exclusividad del personal del programa de ordenador 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.

QUINTO: PLAZO.- La vigencia de este 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 Cetro 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 calendarios desde su inicio, pudiendo prorrogarse por mutuo acuerdo este plazo, las partes someterán sus

controversias a la solución de un árbitro, que se sujetará a lo dispuesto en la Ley de Arbitraje 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 al español; y, g) La reconvencción, caso de haberla, seguirá los mismos procedimientos antes indicados para el juicio principal.

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

En aceptación firman a los 12 días del mes de Mayo del dos mil trece.

f)_____

C:C.N° 1713698197

CEDENTE

f)_____

Instituto Tecnológico Superior Cordillera

CESIONARIO

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado a Dios por darme vida, salud y fortaleza necesaria para hacer realidad sueño de una meta propuesta.

A mis padres que con infinito amor y sabiduría han sabido guiar mi vida por el sendero de la lucha y la honestidad con el fin de engrandecer como persona cada día.

A mis hijos Gloria, Tatiana, Walter, Emma y Aymme que representan toda la fortaleza y alegría que hay en mi vida, los mismos que con su apoyo incondicional, inocencia y amor me impulsaron a seguir siendo mejor, a mi esposo por compartir en los buenos y malos momentos.

A todos, mi mayor reconocimiento y gratitud.

Margarita P.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar doy infinitamente gracias a Dios, por haberme dado fuerza y valor para culminar esta etapa de mi vida.

A la Institución CEI. “CUMANÁ” por haberme permitido realizar el presente trabajo y poder ayudar a las familias de los niños y niñas que presentan el problema de desnutrición. A sí mismo, quiero expresar mi agradecimiento a todos quienes estuvieron vinculados de alguna manera en este proyecto.

También al ITSCO. Por contar con personal capacitado y brindar la oportunidad de superación buscando mecanismos de enseñanza aprendizaje con excelencia para nuevos profesionales Tecnólogos/as en las diferentes carreras.

A la Tutora qué con paciencia y dedicación, me supo orientar, guiar y así poder llevar a concretar mi proyecto, satisfaciendo todas mis dudas e inquietudes sobre el tema.

A los maestros por impartir los conocimientos en cada una de las materias que han sido enriquecedoras en nuestra carrera y en las labores del día, día como persona.

Margarita P:

INDICE GENERAL

CARÁTULA.....	i
CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
CONTRATO DE CESIÓN SOBRE DERECHOS.....	iii
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
INDICE GENERAL.....	viii
INDICE DE CUADROS.....	xiv
INDICE DE GRÁFICOS.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
RESUMEN.....	xviii
INTRODUCCIÓN.....	xv

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1.1.- Ubicación del problema.....	1
1.1.2 Situación conflicto.....	2
1.1.3.- Causa efecto.....	2
1.2.-FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	3
1.3 OBJETIVOS.-.....	4
1.3.1.- Objetivo general.-	4

1.3.2.- Objetivos específicos.....	4
------------------------------------	---

1.4.- JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA.....	5
--	---

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.- ANTECEDENTES.....	6
-------------------------	---

2.2.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
----------------------------------	---

2.2.1.-Concepto de la desnutrición.....	9
---	---

2.2.2.- Tipos de desnutrición.....	10
------------------------------------	----

2.2.2.1.- Desnutrición aguda.....	10
-----------------------------------	----

2.2.2.2.- Desnutrición crónica.....	11
-------------------------------------	----

2.2.3.- Causas de la desnutrición.....	12
--	----

2.2.3.1.- La pobreza.....	13
---------------------------	----

2.2.3.2.-Poca Educación alimentaria nutricional.....	13
--	----

2.2.3.3.- Inadecuados hábitos y costumbres alimentaria.....	14
---	----

2.2.3.4.- Desintegración del hogar. Descuido y maltrato de los niños.....	14
---	----

2.2.4.- Efectos de la desnutrición.....	
---	--

2.2.4.1.- Efecto de la desnutrición en el embarazo.....	15
---	----

2.2.4.2.- Efecto de la desnutrición en la etapa fetal.....	16
--	----

2.2.4.3.-Efecto de la desnutrición en la lactancia.....	17
---	----

2.2.4.4.- Efecto de la desnutrición en la niñez.....	17
--	----

2.2.5.- Desarrollo Intelectual.....	18
-------------------------------------	----

2.2.5.1.-Definición de Desarrollo.....	18
--	----

a).- Síntesis de las áreas de desarrollo.....	19
b).-El desarrollo infantil es influenciado x factores internos y ext.....	20
c).-El desarrollo infantil tiene efectos acumulativos y retrasos.....	20
2.2.5.2.- ¿Qué es Inteligencia?.....	20
2.2.5.3.- Inteligencias múltiples.....	21
a).-Inteligencia musical.....	21
b).-Inteligencia lógico matemático.....	22
c).- Inteligencia espacial.....	22
d).-Inteligencia cenestésico corporal.....	22
e).-Inteligencia lingüística.....	22
f).-Inteligencia interpersonal.....	23
g).-Inteligencia Intrapersonal.....	23
h).-Inteligencia naturalista.....	24
2.2.6.- Características del niño de 4 años.....	24
2.2.7.- Incidencia en el aprendizaje.....	25
2.2.7.1.- Incidencia en la Psicología del niño.....	26
2.2.8.- La mal nutrición afecta al cerebro.....	26
2.2.9.- Incidencia en el crecimiento físico.....	27
2.3.- FUNDAMENTACION LEGAL.....	27
2.3.1.- Educación Inicial.....	27
2.4.- PREGUNTAS DIRECTRICES.....	29
2.5.- CARACTERIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	29

2.6.-CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	30
2.7.- GLOSARIO DE TERMINOS.....	30

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1.-TIPOS DE INVESTIGACIÓN.....	32
3.1.1.-Investigación Aplicada.....	32
3.1.2.- Investigación Descriptiva.....	32
3.1.3.- Investigación Explicativa.....	33
3.2 MÉTODOS.....	34
3.2.1.- Método Analítico.....	34
3.2.2.- Método Inductivo.....	34
3.2.3.- Método Deductivo.....	43
3.3.-TECNICAS Y HERRAMIENTAS DE LA INVESTIGACIÓN	
3.3.1.- Observación.....	35
3.3.2.- Encuesta.....	35
3.4.- POBLACIÓN Y MUESTRA.....	36
3.5.- OPERALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	37

CAPITULO IV

PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

4.1.-.PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS.....	38
--	-----------

4.2.- ENCUESTA.....	39
----------------------------	-----------

CAPITULO V

5.1.-CONCLUSIONES.....	44
-------------------------------	-----------

5.2.-RECOMENDACIONES.....	45
----------------------------------	-----------

CAPITULO VI

LA PROPUESTA

6.1.-TEMA.....	46
-----------------------	-----------

6.2.-JUSTIFICACIÓN.....	46
--------------------------------	-----------

6.3.- OBJETIVOS.....	47
-----------------------------	-----------

6.4.-UBICACIÓN.....	48
----------------------------	-----------

6.5.- FACTIBILIDAD.....	49
--------------------------------	-----------

6.6.-DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA Huerto Orgánico.....	50
--	-----------

6.6.1- Elaboración de abonos.....	51
--	-----------

6.6.2.-¿Cómo saber si nuestra composta está funcionando.....	51
---	-----------

6.6.3.-Preparación del terreno.....	53
--	-----------

6.6.4.-Cama caliente.....	54
----------------------------------	-----------

6.6.5.-¿Cuándo sembrar?.....	55
-------------------------------------	-----------

6.6.6.-¿Qué es un semillero y para qué sirve?.....	56
---	-----------

6.6.7.-Cuidado que debemos tenerle al huerto.....	57
--	-----------

6.6.8.- Control biológico de plagas.....	58
---	-----------

6.6.9.- Cultivo de las primeras hortalizas.....	59
a) Imagen de la cosecha de siembra directa.....	60
b) Imagen de la cosecha de trasplante.....	61
6.6.10.- Alimentos y nutrientes que podemos incluir en nuestra dieta.....	64
6.6.11.- Mi recetario nutritivo.....	65
a) Ensaladas de hojas verdes (acelga).....	66
b) Ensalada de col.....	67
c) Ensalada de rábano con pollo.....	68
ch) Ensalada de remolacha con lechuga.....	69
d) Tallo de acelga con salsa blanca.....	70
e) Torta de la hoja de la remolacha.....	71
f) Torta de espinaca.....	72
g) Torta de acelga con tomate.....	73
h) Locro de papas (base).....	74
y) Locro de zapallo.....	75
i) Sambo de leche.....	76
6.7.- CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	77
6.8.- ASPECTO ADMINISTRATIVO.....	78
6.8.1.- Recursos humanos.....	78
6.8.2.- Recursos materiales.....	79
6.9.- IMPACTO DEL PROYECTO.....	80
BIBLIOGRAFÍA.....	81

NETGRAFÍA.....	82
ANEXOS.....	83

INDICE DE CUAROS

Cuadro N°1

Matriz causa efecto.....	3
---------------------------------	----------

Cuadro N°2

Síntesis del área de desarrollo.....	19
---	-----------

Cuadro N°3

Población y muestra.....	36
---------------------------------	-----------

Cuadro N°4

Operacionalización de las variables.....	37
---	-----------

Cuadro N°5

¿Conoce las causas de la desnutrición infantil?.....	39
---	-----------

Cuadro N°6

Cómo padres, como reaccionaria al saber que su hijo tiene desnutrición y se debe a un inadecuado seguimiento y asistencia nutricional.....	40
---	-----------

Cuadro N°7

Cree usted que la desnutrición en un niño afecta en el desarrollo intelectual, lo que dificulta al infante se desarrolle normalmente las actividades y habilidades en el entorno social.....41

Cuadro N°8

Sabía que, al no consumir alimentación variada y saludable es perjudicial que afectan gravemente la salud y la calidad de vida.....42

Cuadro N°9

Cree usted que de tener la motivación de la creación de un huerto orgánico y un recetario nutricional ayudaría a fomentar hábitos saludables de alimentación.....43

Cuadro N° 10

Alimentos y nutrientes que podemos incluir en nuestra dieta.....64

Cuadro N°11

Recursos materiales.....79

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°1

Sabe usted que daños ocasiona la desnutrición en su hijo.....39

Gráfico N° 2

Cómo padres, como reaccionaria al saber que su hijo tiene desnutrición y se debe a un inadecuado seguimiento y asistencia nutricional.....40

Gráfico N° 3

Cree usted que la desnutrición en un niño afecta en el desarrollo intelectual, lo que dificulta al infante se desarrolle normalmente las actividades y habilidades en el entorno social.....41

Gráfico N°4

Sabía que, al no consumir alimentación variada y saludable es perjudicial que afectan gravemente la salud y la calidad de vida.....42

Gráfico N°5

Cree usted que de tener la motivación de la creación de un huerto orgánico y un recetario nutricional ayudaría a fomentar hábitos saludables de alimentación.....43

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR**“CORDILLERA”**

“LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTELECTUAL Y CRECIMIENTO FÍSICO. IMPLEMENTACIÓN DE UN HUERTO ORGÁNICO Y MANUAL NUTRITIVO COMO GUÍA PARA LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL “CUMANÁ”, UBICADO EN EL SECTOR DE SAN JOSÉ DE MINAS, AÑO 2012-2013”

autora: Panamá Margarita

Director del Trabajo de graduación: Doctora: Montes Estela

ABSTRACT

This work was motivated by the concern of sharing with the needy and was precisely education initial "Cumaná" the source of research centre children to meet my proposed work. It was the deep analysis about the malnutrition of children from 4 years of age, in the environment in which develops project did it raise and reflect on the infants nutritional lifestyle by making a study of environmental social and family who will benefit and development to their intellectual abilities important. The environment is an important factor which if it is inappropriate, can be a barrier in the assimilation of their learning. With this topic I want to show that malnutrition in all its forms, damages health in physical and cognitive development of children its incidence do not let you act, think, or do something specific with severity. Likewise not it makes easy it to interact normally in the social environment. The purpose it is intended to achieve with this work is to ensure and promote rights; relating to health, nutrition and education in responsible way with parents, teachers and Government entities in the community, thus achieving a significant impact on society. For the completion of this work successfully it encouraged the creation of organic Orchard occupying spaces available in each of their homes with the planting of vegetables and vegetable being at short time its production. As also created a guidance manual nutritional where educates a good diet that has the nutritional needs of the organism of the Marines, preferably with products that provide within the organic garden as the season, guaranteeing a proper state nutrition and adequate to the peculiarities of his age.

RESUMEN

El presente trabajo fue motivado por la inquietud de compartir con los más necesitados y fue precisamente los niños y niñas del Centro de Educación Inicial “Cumaná” la fuente de investigación para cumplir mi trabajo propuesto.

Fue el análisis profundo acerca de la desnutrición de los pequeños de 4 años de edad, en el entorno en el que se desarrolla el proyecto hizo que concientizará y reflexionará sobre el estilo de vida nutricional de los infantes haciéndose importante un estudio del medio ambiente social y familiar que contribuirá en el beneficio y desarrollo a sus capacidades intelectuales.

El ambiente es un factor importante que si es inapropiado, puede ser una barrera en la asimilación de sus aprendizajes. Con este tema quiero mostrar que la desnutrición en todas sus formas, daña la salud en el desarrollo físico y cognitivo de los niños/as su incidencia no le permita actuar, pensar o realizar algo específico con severidad. Así mismo no le facilita el poder interactuar normalmente en el entorno social.

El fin que se pretende alcanzar con este trabajo es asegurar y promover uno de los derechos; relativos a salud, nutrición y educación de forma corresponsable con los padres de familia, docentes y entidades Gubernamentales de la comunidad, logrando así un impacto significativo en la sociedad.

Para la culminación con éxito de este trabajo se motivó a la creación de un huerto orgánico ocupando espacios disponibles en cada uno de sus hogares con la siembra de hortalizas y legumbre siendo a corto tiempo su producción. Como también se creó un manual de guía nutricional donde se educa una buena alimentación que cuenta con las necesidades nutricionales del organismo de los infantes, de preferencia con productos que aportan dentro del huerto orgánico como los de temporada, garantizando un correcto estado nutricional y adecuado a las particularidades de su edad.

INTRODUCCIÓN

Los niños y las niñas menores de cinco años constituyen el fundamento del desarrollo humano en el mundo y por supuesto en nuestro país.

La salud y nutrición de la sociedad y en especial de la familia, debe ser garantizado por el estado y una prioridad en la población infantil para que no sufran en su desarrollo.

La desnutrición es causa de un mal desarrollo físico e intelectual llegando incluso a ser mortal. Sus causas pueden ser la falta de recursos económicos o a enfermedades que comprometen a una buena nutrición.

Capítulo I: EL PROBLEMA.- En este capítulo se identificara el problema mediante su planteamiento, la formulación del problema, determinación de los objetivos generales y específicos, la justificación e importancia de la elaboración del proyecto investigativo.

Capítulo II: MARCO TEORICO.- Se da énfasis a la teoría científica; basándose en el programa de la UNICEF, PMA, sobre la desnutrición Infantil en niños de 4 años de edad. Atender a este problema es condición indispensable para asegurar el derecho a la supervivencia y al crecimiento y desarrollo intelectual de los niños y niñas.

También se presentará la documentación científica que abalicé los temas a tratar para el desarrollo del proyecto, una fundamentación legal la cual se relaciona con los aspectos legales para que pueda funcionar en base a los requerimientos de la ley establecida, el manejo de un glosario de términos así como la caracterización de las variables que se emplean en este estudio y la formulación de las pregunta directrices basadas en las dos variables.

Capítulo III: METODOLOGIA.-Se establecerá los diferentes métodos, tipos y técnicas de investigación, mediante el cual se logre una recopilación de información que permitirá su posterior análisis de los resultados obtenidos para la toma de decisiones, también se debe identificar la población objeto de estudio así como la elaboración de la matriz de Operacionalización de las variables, detallar la forma con se llevara a cabo la investigación y la respuesta a las preguntas directrices.

Capítulo VI: LA PROPUESTA.- para llevar a cabo este proceso nos basamos de fuentes conocedoras del tema de la agricultura, lo cual fue una guía para hacer realidad en la creación del huerto orgánico, y la elaboración de un manual como guía de receta nutricional para los padres de familia; aspectos administrativos en el cual se identificara los recursos a emplear sean estos, Recurso Humano, Recursos Materiales y Recursos Económicos, se establecerá un presupuesto para la realización del proyecto de investigación así como la construcción del cronograma de actividades.

Con todo lo explicado se espera obtener un trabajo de calidad el cual permita solucionar la problemática identificada en la primera parte del proyecto, generando una contribución social en beneficio de un grupo de infantes para que puedan desarrollarse con altos niveles de nutrición en base al desarrollo del aprendizaje tanto intelectual como físico.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

“LA DESNUTRICIÓN INFANTIL” es un tema de suma importancia no solo para los estudiantes sino para los padres de familia y la comunidad teniendo en cuenta que afecta a las personas más indefensas en este caso los niños y niñas de 4 años del Centro de Educación Inicial “Cumaná” considerando este problema afecta en el crecimiento físico y en su desarrollo intelectual según su rango de edad y la incidencia en la desnutrición va creciendo. Es por ello un tema que puede estudiar a fondo y reducir la grave crisis humanista.

1.1.1.- Ubicación del problema.

La desnutrición es una enfermedad causada por una dieta inapropiada por la mala absorción de nutrientes, que van dejando huellas de gran preocupación que siempre ha existido en los pequeños. Esta incidencia afecta el desarrollo intelectual de los niños y niñas.

La desnutrición infantil en un grupo de niños y niñas de 4 años de edad que asisten al Centro de Educación Inicial “Cumaná” Ubicado en la parte Nor Occidente de la

Provincia de Pichincha en la Parroquia de San José de Minas; sector el Centro, posibilitó darnos cuenta que inciden factores para el buen desarrollo y crecimiento del infante para lo cual se cree factible incentivar a los padres asistir a talleres de formación familiar, donde se dé a conocer la importancia de una estimulación temprana y nutrición presente, durante su gestación, leche materna en los primeros meses de vida y alimentos nutritivos; esto ayuda a un buen desarrollo a sus capacidades.

La prevalencia de la desnutrición en una investigación realizada en la Institución que brindan atención en la comunidad, se verifica 8 entre niños y niñas con desnutrición de los 40 equivalente al 20% luego de un control médico, realizados por especialistas de Sub Centro de Salud Pública del sector donde se evalúa a través del peso para la talla basándose en parámetros internacionales que es bajo peso para la edad, bajo talla para la edad y bajo peso para la talla.

1.1.2.- Situación Conflicto.

Surge porque en la comunidad las madres de familia por cuestión de trabajo en las Florícolas deben salir a tempranas horas de su hogar dejando a sus hijos al cuidado de otras personas o a su vez de sus hermanas /os mayores, los mismos que no cuentan con los conocimientos necesarios para poder nutrirse de una manera adecuada por lo cual recurren a comidas chatarras o fáciles de prepararlas, provocando la desnutrición en los niños y niñas.

Otra de las incidencias es el alto costo en los productos y la falta de dinero para poder comprar las frutas, legumbres y hortalizas que son nutritivas en vitaminas, minerales y hierro, etc.

1.1.3 Matriz Causa Efecto

Cuadro N° 1

Causas	Efecto
El trabajo de las madres	Poco tiempo para preparar alimentos sanos
Sociedad	Aporte del Estado
Crisis económica	Carencia de dinero, productos caros.
Escasa Lactancia materna	Pocas defensas, fácil de contagio a enfermedades
Personas al cuidado de los infantes	Desconocimiento de cómo atenderlos en su alimentación y despreocupación

Elaborado por Margarita Panamá

1.2.- FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Es viable contribuir con la creación de un Huerto Orgánico y a su vez elaborar un manual nutritivo para los padres de familia y docentes tomando en cuenta las necesidades de cada uno, esta guía es una estrategia de educación , concienciación y motivación para ayudar a, fomentar hábitos saludables de alimentos e higiene; crear platos nutritivos a bajo costo utilizando alimentos naturales y a una buena combinación alimenticia que será de provecho para los niños y niñas; de esta manera reducir el índice de la desnutrición y ayudar en el buen desarrollo intelectual y crecimiento físico de los infantes?

1.3 OBJETIVOS:

1.3.1 Objetivo General.

Contribuir al mejoramiento nutricional, concientizando a los padres de familia a preparar alimentos balanceados en función de una mejor calidad de vida con sus hijos, empleando los productos sembrados y cosechados del huerto orgánico.

1.3.2.- Objetivos Específicos.

- ❖ Realizar un sondeo en el entorno para ver el grado de desnutrición que presenta el sector visitado.
- ❖ Determinar cómo incide la desnutrición en los niños y niñas su causa y efecto en el desarrollo intelectuales.
- ❖ Participar en talleres o charlas de nutrición que motiven el consumo de alimentos balanceados con los productos que cuente en la comunidad y en el huerto orgánico.
- ❖ Elaborar material didáctico que permita evaluar por etapas el desarrollo intelectual en el niño comparando si hubo desbalances en su proceso intelectual.
- ❖ Crear y mantener un huerto orgánico familiar en la comunidad. Elaborar un manual instructivo de nutrición, utilizando los productos cosechados que serán 100% naturales.

1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

Los primeros años de vida, son determinantes en el desarrollo del niño; desde la gestación, durante el proceso de lactancia el niño debe ser alimentado, caso contrario el infante llega a la edad Pre-escolar con problema de aprendizaje y desarrollo intelectual falta de interés en los juegos, poca retención de información, sueño en las horas de clases, poco apetito al servirse la colación y su fácil contagio a las enfermedades. La desnutrición conlleva a la anemia que afecta de manera irreversible la capacidad física, intelectual, emocional y social de los niños, Este deterioro reduce su capacidad de aprendizaje y limita sus posibilidades de acceder a otros niveles de educación. En largo plazo se convierte en un adulto con limitadas capacidades físicas e intelectuales para insertarse en la vida laboral.

La crisis económica en el Sector de San José de Minas ha provocado un grave problema en el cuidado, cultivo y desarrollo de la agricultura; así la mala combinación de alimentos inadecuada información nutricional ha hecho que la población no tenga una buena salud.

Tratando de comprobar la necesidad de este tema es importante realizar diversas investigaciones que nos permitan obtener información real y confiable para así poder demostrar el contenido de este trabajo y buscar alternativas conjuntamente con los padres de familia para proveer de un Huerto Orgánica familiar ocupando espacios disponibles para la siembra de productos tales como: legumbres, hortalizas, productos cultivados acorde a las necesidades nutritivas de los niños y niñas ; el mismo que se presenta mediante un manual nutritivo como guía soporte para la orientación en cuanto al manejo del huerto y el aprovechamiento de sus cultivos.

Es indispensable aclarar que no es un problema fácil de solucionar sin embargo debemos de intentarlo y se debería empezar informando el problema para buscar soluciones a través de nuestras posibilidades económicas con el apoyo de todos los interesados, (Autoridades Gubernamentales de la Parroquia, Sub Centro de salud, Ministerio de Agricultura, Docentes, Padres de Familia la Comunidad al ser incluida velará por el crecimiento y bienestar de los niños y niñas del entorno.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES.

La desnutrición infantil es un problema grave que afecta a la humanidad entera, desde que existió la pobreza y es por ello, es importante conocer sobre el tema en su amplia incidencia como en su convivir social.

La realidad de la malnutrición es el reflejo de los diferentes estados de trasmisión demográfica, epidemiológica y nutricional en que se encuentra cada país.

La desnutrición es un estado de deficiencia en el consumo de energías y nutrimentos que repercuten en la salud de quien la padece.

En los estudios realizados a Instituciones Educativas, Sub Centro de Salud de la localidad, sobre la Desnutrición se ha evidenciado que cierta incidencia no es tratada a fondo el caso, luego de evidencia queda a cargo de los padres de familia.

www. el universo.com/2009.Director del PMA Helmut Rauch, comenta:

En un artículo revisado en el universo acerca de la desnutrición infantil en América latina, Ecuador en 4º lugar, alertó el Director del Programa Mundial de Alimentos (PMA) de las Naciones Unidas en el Ecuador, en una entrevista dijo; Helmut Rauch.” No justifica por nada esta incidencia debido a que Ecuador es un país de ingresos medios tenga una situación tan mala de desnutrición infantil como lo catalogó a Ecuador”.....

La desnutrición infantil en el Ecuador afecta, el 26% de los infantes de 0 a 5 años, es una situación que agrava en las zonas rurales, en un 35,7% de los menores y lo más

crítico en los niños indígenas, con un índice del 40%. Según los datos aportados Ecuador sufren de una extrema pobreza de un 12% y en las zonas más afectadas es en la zona rural un 49% y entre los indígenas hasta un 53%.....Un factor que incide en la desnutrición es el analfabetismo sobre todo en el sector indígena.

La desnutrición infantil es agravante para muchos países debido a factores sociales que afecta a una parte de la población; por una inadecuada educación alimentaria, nuestro país sufre de un problema que no es justificable, Ecuador es un país donde sus tierras son productivas y ricas en su fauna, se considera que el actual gobierno de Rafael Correa conjuntamente con el Ministerio de Salud, está haciendo todo lo necesario para reducir esta situación y todos somos llamados a unirse a esta noble causa y velar por el futuro de nuestros niños y niñas en su desarrollo intelectual y crecimiento físico.

www.noticiasquito.gob.ec/noticias/news_user_wien/desnutricion_infantil.

Año/2011 / Programa Aliméntate Quito.

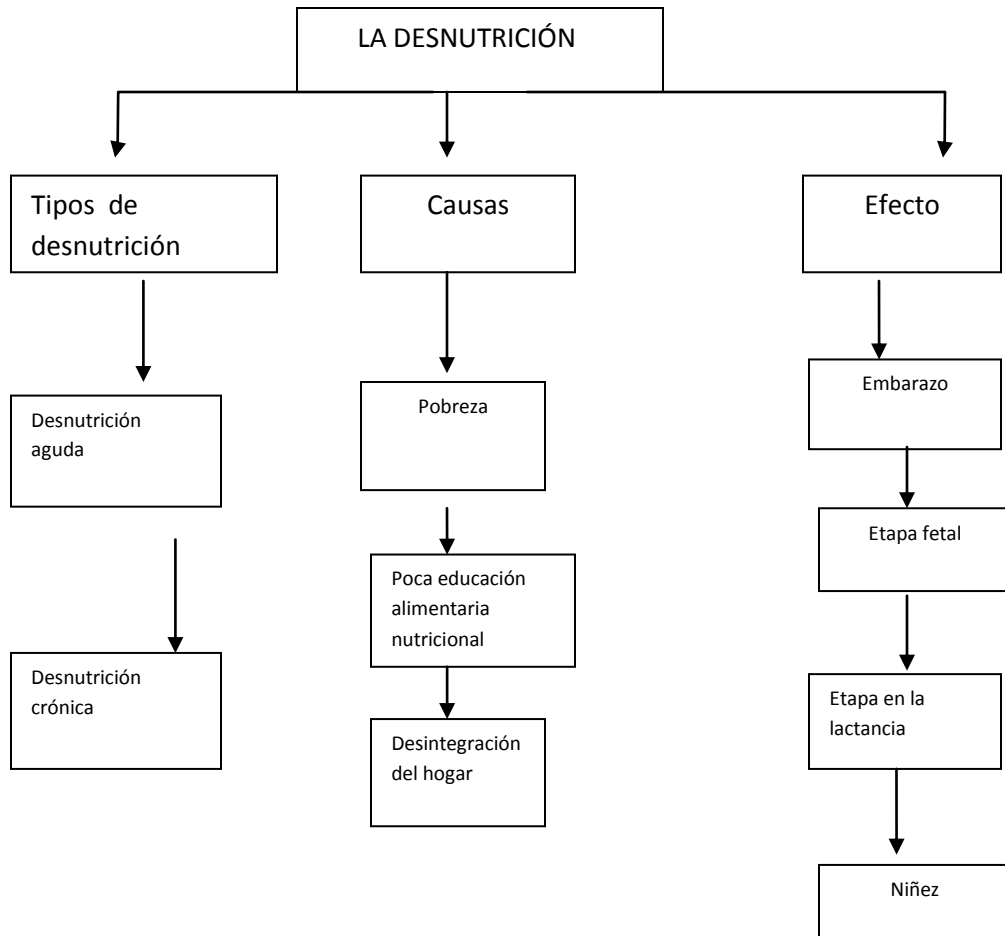
En una portada de las Noticias Quito _ sociedad, se publica sobre la evaluación a los niños y niñas en los barrios Urbanos del Distrito Metropolitano de Quito, Guamaní, Chillogallo, Turubamba, Ecuatoriana fueron sometidos a una evaluación nutricional los menores de 5 años de edad , donde se tomaron muestras de hemoglobina y se consideró la talla y peso de cada uno de los menores.

El diagnostico del estado nutricional de los niños y niñas ayudará a los involucrados a buscar estrategias para prevenir y disminuir la mal nutrición infantil sobre todo en las zonas.

En las investigaciones realizadas en el año 2011 en el proceso de evaluación que se llevo a cabo, fue distribuido por equipos donde participaron profesionales del Ministerio de salud Pública acompañados de estudiantes universitarios, ayudó a una verificación del estado nutricional de los infantes de la zona para que autoridades pertinentes ayuden a buscar solución y prevención a su debido tiempo, los niños en los primeros años de vida son de

esencial crecimiento físico y cerebral, si queda afectado, el daño es irreversible y le afectará el resto de su vida.

Revisado la documentación sobre la desnutrición que presenta en niños y niñas de 4 años de edad en etapa Inicial, en el sector de San José de Minas, no se ha tomado medidas pertinentes para ayudar esta incidencia a quedado en la impunidad, siendo producto de las actuales condiciones de vida en que se desarrollan los niños. La tecnología hace que tengan una vida sedentaria y los malos hábitos alimentarios que orientan hacia el consumo de “comida chatarra” para las cuales no se toma conciencia de las falencias en su desarrollo a sus capacidades intelectuales que afectará a futuro en los infantes. Para ello es necesario comprender que deja secuelas irreversibles, limita el desarrollo celular y mental. Alguna son las Instituciones que se debería intervenir en este problema tomando medidas con las que se debe partir: erradicación de la desnutrición desde la gestación, dotar de educación nutricional recuperando los conocimientos ancestrales de la preparación de alimentos y el consumo de productos naturales y de la localidad.

DESNUTRICION INFANTIL**CUADRO SINÓPTICO****2.2.1 Concepto de la desnutrición**

Es una enfermedad que afecta al crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas en cierta forma es común y se presenta a todos los individuos de todas las razas y en cualquier parte del mundo siendo la mayor incidencia en los infantes. Se produce cuando no se consume o no se aprovecha la cantidad suficiente de nutrientes para

crecer y para mantenerse sanos. En los niños y niñas, la desnutrición no se aprecia fácilmente y a veces puede pasar desapercibida.

Podemos considerar la desnutrición como un balance negativo que presenta como características en el volumen del cuerpo y cambios en la composición bioquímica del organismo. La desnutrición encabeza por su trascendencia y magnitud al grupo de enfermedades por déficit nutricional. Es una enfermedad producida fundamentalmente por el ser humano más que por causas naturales o medio ambientales, esto constituye un problema social, fuertemente asociado a las condiciones de pobreza, miseria y desempleo.

Muchos niños han superado la desnutrición recién en la edad escolar pero gran parte de los afectados puede sufrir de obesidad en la adolescencia o en la adultez porque todos las vitaminas o suplementos que se suministraron en la niñez hacen efecto recién a esta edad". No obstante, esta cadena puede romperse, siempre y cuando se diagnostique a tiempo y se pueda realizar una intervención en educación y salud.

2.2.2.- Tipos de desnutrición infantil

La desnutrición aumenta el riesgo de infecciones. Causa un deterioro de la función del cerebro también representa un espiral descendente para adquirir los alimentos, obtener un ingreso, o recibir educación; muchas veces irreversible. **La desnutrición** infantil se manifiesta de diversas formas según las carencias; afectando al tamaño, peso o altura del niño.

2.2.2.1.- Desnutrición aguda

La desnutrición aguda es el resultado físico del hambre. Es una enfermedad devastadora de dimensiones epidémicas, que padecen Es el resultado de la escasez de alimentos o de una dieta inadecuada. Al año causa la muerte de más de 3,5 millones de niños y niñas. Estas muertes podrían evitarse con un tratamiento nutricional

adecuado.

Los síntomas varían de acuerdo con cada trastorno específico relacionado con la desnutrición; es clasificada en leve, moderada y severa. Sin embargo

Desnutrición Leve.- es la que más padece la población y al que menos atención se le brinda, esto presenta el daño en la disminución en el tamaño corporal. La alimentación del niño que presente la desnutrición leve debe ser una dieta normal, pero con mayor veces de comidas al día. Para que el tratamiento sea exitoso y su recuperación sea rápida.

Desnutrición Moderada.- es cuando ha avanzado el déficit de peso y generalmente tiene enfermedades de vías intestinales y respiratorias. Un niño que cruza este tipo de desnutrición los signos y síntomas son más acentuados.

Desnutrición Severa.- es considerada una de las más dramáticas de las enfermedades por la carencia de nutrientes en su organismo; siendo evidente en países del África se identifica en dos tipos, Kwashiorkor y Marasmo.

Para el tratamiento deben tener prioridad, en tratar recuperar las infecciones, suprimir la flora gastrointestinal. Proporcionando una dieta que permita la rápida recuperación de los tejidos perdidos. La dieta debe ser proporcionada de forma gradual por etapas según la evolución del niño-

Cielo-desnutricioninfantil, blogstop.com/2010/6/tipos-de-desnutricion-infantil.html.

2.2.2.2.-Desnutrición crónica

La desnutrición crónica es un proceso por el cual las reservas orgánicas que el cuerpo ha ido acumulando mediante la ingesta alimentaria se agotan debido a una carencia calórico- proteico. Retrasando el crecimiento mantiene una estatura baja para su edad. La recuperación es más difícil, es necesario saber cuánto pesa y cuánto mide. Existen

grados de desnutrición que son determinados por indicadores en relación al peso para la edad.

Primer grado.- deficiencia del 25% o menos del peso que debe tener un niño en relación a su edad.

Segundo grado.- deficiencia del 26% al 40% de peso en relación con su edad.

Tercer grado.- deficiencia mayor al 40% de peso con relación a su edad. Para saber cuál es el peso o la talla que el niño debería tener con relación a su edad, recurrimos a las tablas de referencia publicadas por la Organización Mundial de la Salud.

De esta manera se pueden tomar medidas preventivas para evitar las complicaciones derivadas de una desnutrición las cuales si no son tratadas a tiempo pueden ser irreversibles.

Existen diversos factores que inciden directamente sobre la desnutrición.

Factor social y económico; la pobreza acompaña casi siempre a la desnutrición. Esto lleva a baja disponibilidad y acceso a los alimentos, falta de medios para producirlos o comprarlos, malas condiciones sanitarias, hacinamiento, mal cuidado de los niños, poca educación, tabú, malas prácticas alimentarias y factores emocionales.

Factores biológicos.- siendo el principal factor de la desnutrición infantil la desnutrición materna, antes o durante el embarazo con riesgo de bajo peso al nacer.

Otros de las enfermedades infecciosas, virales, bacterianas, protozoarias y parasitarias.

www.coorpaitalia.org/Gestion%20de%20riesgo/DESNUTRICION%20INFANTI

2.2.3 Causas de la desnutrición

La desnutrición infantil es una realidad compleja ya que está provocada por la confluencia de distintos factores. Existen causas básicas relacionadas con la disponibilidad de recursos, estructuras económicas y políticas, otras causas subyacentes como la falta de acceso a los alimentos, la falta de atención sanitaria, la utilización de sistemas de agua y saneamientos insalubres, etc. y finalmente, las causas más inmediatas, como es la falta de una alimentación adecuada en cantidad y calidad.

2.2.3.1.- La pobreza.

La pobreza es una de las circunstancias sociales más comunes dentro de una sociedad se entiende por este término la condición económica en la que una persona carece de los ingresos suficientes para acceder a los niveles mínimos de atención médica, alimento, vivienda, vestido y educación, sin embargo en algunos casos este tipo de personas cuentan con la ayuda del estado que les da asistencia en algunos de estos aspectos.

2.2.3.2.- Poca educación alimentaria nutricional

Los cambios sociales influyen en la educación alimentaria nutricional, tales como: migración del campo a la ciudad, la industrialización, la incorporación de la mujer al trabajo fuera del hogar o el desarrollo de la industria alimentaria han aumentado por un lado la oferta de alimentos, el consumo de productos fuera del hogar la información y publicidad en materia alimentaria y nutricional. Todo ello ha producido una cierta confusión respecto al significado “alimentación saludable” las prácticas incorrectas en la combinación de los alimentos afecta a los niños y niñas de la sociedad; esto se debe al desconocimiento que tienen las familias sobre el valor nutritivo de los alimentos, que el cuerpo necesita para estar sano.

Una muestra de ello es que las personas que producen alimentos prefieren venderlos para adquirir otros de menor valor nutricional, lo que produce es una insuficiente ingestión de nutrientes.

El éxito de la educación alimentaria- nutricional está en conseguir que los mensajes se conviertan en hábitos alimentarios saludables, esto dependerá de la estrategia, actitud crítica y el diálogo que utilice para dar la información y la motivación por parte del individuo para que lleguen a ser partícipes de este proceso.

2.2.3.3.- Inadecuados hábitos y costumbres alimentarias.

Los hábitos alimenticios se deben a diversos factores como las costumbres familiares, la selección y preparación de los alimentos y la forma de consumo de los mismos

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

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

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

2.2.3.4.- Desintegración del hogar. Descuido y maltrato de los niños.

La desintegración del hogar, descuido y maltrato de los niños, juega un papel importante en la desnutrición.

En un hogar desintegrado, una madre sola, los niños por lo general, carecen de la atención que ellos necesitan, priva a sus hijos de un modelo de aprendizaje de los roles.

Los niños en el ambiente escolar pueden provocar otros problemas; no son capaces de establecer buenas relaciones con sus compañeros. Algunos de ellos suelen

reaccionar en forma agresiva, tornándose rebeldes con sus mayores, o en otros casos mostrarse apáticos o indiferentes ante los demás.

Otro tipo de problemas que surgen como consecuencia del medio familiar en que viven los niños, es la extrema timidez, la inseguridad.

Entre los factores sociales que determinan la aparición de la desnutrición: mostrando así: La debilidad muscular, o el agotamiento físico es una queja muy frecuente en los chicos.

La falta de apetito, las quejas de dolores estomacales, suelen reflejar la depresión generalizada del niño.

La actitud de un niño acerca de sí mismo puede llegar a afectar desde la manera en que camina, la forma en que corre y hasta el modo en que se ocupa de sí mismo.

_El alcoholismo

_ El desempleo

2.2.4.- Efectos de la desnutrición

2.2.4.1.- Efecto de la desnutrición en el embarazo

Las mujeres embarazadas necesitan más de algunos nutrientes. Estas necesidades están determinadas en parte por la etapa del embarazo ya que el crecimiento fetal varía según el tiempo de gestación. Durante el primer trimestre, la síntesis de los tejidos fetales impone demandas no muy considerables a la nutrición de la madre en virtud del pequeño tamaño del embrión/feto. En cambio, los últimos tres meses son un período de notorio crecimiento fetal cuando se presenta la mayor proporción de acopio de fuentes de energía y minerales en el feto. En consecuencia, conforme avanza el crecimiento del bebé durante el segundo y el tercer trimestre, las necesidades que tiene la madre de ciertos nutrientes muestran un gran aumento siendo las principales en calorías, proteínas y minerales (calcio, fósforo, hierro, zinc, yodo, magnesio, selenio), así como vitaminas (A, D, E y C, ácido fólico, riboflavina, piridoxina, niacina y vitamina B12). El embarazo está relacionado con múltiples complicaciones que pueden presentarse durante la gestación. Los problemas obstétricos que se presentan con mayor frecuencia son abortos, productos

hipotróficos, desprendimiento placentario, infecciones puerperales, hipertensión inducida por el embarazo entre otras; con una alta tasa de mortalidad materna.

2.2.4.2.- Efecto de la desnutrición en la etapa fetal

La desnutrición fetal indica un atado clínico que puede estar presente en neonatos, sin importar su paso al nacer.

La desnutrición fetal afecta la composición corporal, incluyendo la disminución de la masa magra y contenido proteico, estructura y composición de órganos.

El buen peso al nacer es tomado como sinónimo de buena salud. El retraso en el crecimiento intrauterino se puede describir como la imposibilidad del bebé para desarrollar su potencial de crecimiento debido a que el ambiente uterino no es el adecuado para su desarrollo. Sus efectos deletéreos no se limitan al periodo fetal, sino que en algunos casos se prolongan mas allá del nacimiento dado lugar a retraso de crecimiento en la infancia y adolescencia y a baja talla y trastornos metabólicos en la edad adulta.

La desnutrición intrauterina es un déficit en el crecimiento del peso del bebé, en algunos casos, y del peso y talla en otros relacionados a su edad.

Se considera que un niño ha nacido a término cuando tuvo un período de gestión en el útero de 38 a 41 semanas y se espera un peso mínimo de 3.000gr. y una talla mínima de 49.0cm.

Los factores de riesgo que pueden contribuir con el retraso del crecimiento y desnutrición intrauterino pueden ser:

Relacionados con la constitución materna: edad, talla, raza.

Hábitos, (tabaco, alcohol, medicaciones como sedantes, consumo de drogas ilícitas, como la cocaína, marihuana o éxtasis).

Enfermedades maternas (enfermedades renales, pre-eclampsia, hipertensión arterial previa al embarazo, cardiopatías, anemias o enfermedades inmunológicas).

2.2.4.3 Efecto de la desnutrición en la lactancia

La mal nutrición infantil es provocada por una inadecuada ingestión alimenticia durante el destete y en los primeros años de vida de los niños/as y puede darse por déficit (desnutrición) o exceso (sobrepeso).

Otra causa principal de la desnutrición es la no lactancia materna exclusiva, la que permite la fácil presencia de enfermedades como la diarrea, infecciones respiratoria agudas, otras la falta de educación y de información sobre la buena o adecuada alimentación, el no consumo de suplementos vitamínicos o alimentos fortificados y el costo de los alimentos.

La leche materna es el mejor alimento que puede recibir el bebé. Por eso la madre debe dar de manera exclusiva a un niño o niña desde recién nacido hasta los seis meses de edad y acompañada de alimentos, hasta los dos años de vida.

La leche materna contiene abundantes sustancias alimenticias que la madre debe producir, lo eleva sus propiedades nutricionales. Por lo que necesita consumir más alimentos que las demás personas.

Ventajas para el bebé:

Disminuye el riesgo de desnutrición, lo protege de alergias, enfermedades de la piel, obesidad, diabetes juvenil y deficiencia del micro nutrientes.

Reduce considerablemente el riesgo de que el bebe muera prematuramente.

Garantiza el crecimiento, desarrollo e inteligencia del niño/a y favorece la relación de efecto con su mamá.

2.2.4.4 Efectos de la desnutrición en la niñez

Es considerada como una etapa transversal en el proceso evolutivo del hombre, caracterizada por dos fenómenos: crecimiento y desarrollo.

La nutrición, a su vez, está sometida a factores condicionales: algunos fijos, como el potencial genético del individuo y otros dinámicos como los factores sociales , económicos y culturales que pueden actuar en forma favorable y desfavorable. ¿Porque es considerado la desnutrición infantil como uno de los males que puede sufrir una sociedad?

Los estragos que provoca la desnutrición en la infancia son los más lamentados por una sociedad, ya que en esta etapa el mayor impacto lo sufre el cerebro del niño, en el que se producirán alteraciones metabólicas y estructurales irreversibles.

El cerebro, es el órgano que más rápidamente crece: en los primeros meses lo hace a un ritmo de 2mg por minuto. Pesa 350g cuando nace al ser humano y llega a los 900g en 14 meses. Este peso equivale al 80% del peso del adulto. Cuando hay desnutrición infantil no solo se detiene el crecimiento cerebral, sino que, además, hay una atrofia del cerebro y el espacio es ocupado por líquido cefalorraquídeo.

Asimismo, es afectado el **sistema nervioso central** está determinada en los primeros años de edad, más exactamente en los primeros 18 meses. Si durante este tiempo no recibe una adecuada ingesta de nutrientes, el niño se transformará en un débil mental y en el futuro poco podrá hacerse para revertir esta situación.

El corazón: el corazón pierde más musculatura, así como otros músculos del cuerpo. En el estado más avanzado hay una insuficiencia cardíaca y posterior muerte.

Sistema inmune: se torna ineficiente. El cuerpo humano no puede producir células de defensa. Luego, es común las infecciones intestinales, respiratorias y otros acontecimientos.

Sangre: es posible que ocurra un cuadro de anemia ferropénica relacionada a la desnutrición.

Tacto intestinal: hay una menor secreción de HCL por el estómago tomando ese ambiente más favorable para la proliferación de bacterias. El intestino disminuye su ritmo de peristáltico y su absorción de nutrientes es muy reducida.

2.2.5.- Desarrollo intelectual

2.2.5.1.-Definición de Desarrollo.-Es un proceso por el cual cada ser humano tiene que vivir para ir creando una madurez adecuada a su edad. Es una secuencia de cambios a través del cual los niños desarrollan potencias en diferentes áreas de desarrollo. Mientras los niños se desarrollan a su propio ritmo, la mayoría lo hacen a

través de una secuencia ordenada de cambios holísticos apegado a los pilares del desarrollo infantil.

Este proceso secuencial de desarrollo es altamente influenciado por el ambiente físico, social del niño. Para que se desarrollen bien, los niños necesitan estimulación e interacción apropiada a su edad. Los niños experimentan cambios mayores en las siguientes áreas de desarrollo.

a) Síntesis de las Áreas del Desarrollo.

Cuadro N° 2

Áreas	Propósito del monitoreo
Motricidad gruesa	Identifican las habilidades que incrementan el nivel de complejidad de actividad, coordinación e integración de movimientos. Estos incluyen el uso de músculos largos para levantarse, caminar, correr, brincar y mantenerse en equilibrio.
Motricidad fina	Identifica la capacidad para usar las manos y músculos pequeños con control preciso. Incluye el movimientos de los dedos con control, recoger o manipular objetos pequeños, movimientos de ojos, boca con control, etc.
Comunicación y lenguaje	Identifica el proceso del desarrollo del lenguaje y capacidad para comunicarse con otras personas. Incluye adquisición de un sistema de signos, señales y sonidos que expresen ideas y sentimientos.
Social/ Emocional/	Identifica cambios de actitudes y comportamientos relacionados con la habilidad para interactuar con otros pares y adultos. También incluye la capacidad de expresar emociones, adquisición de comportamientos socialmente aceptados de la cultura local y construcción auto-imagen.
Cognitiva intelectual	Identifica cambios en habilidades para entender, adaptarse a ambientes físicos así como sociales. En las habilidades incluye la percepción, atención, discriminación, memorización, conceptualización, razonamiento, identificación, resolución, de problemas y toma de decisiones.

Elaborado por Margarita Panamá

b) El Desarrollo Infantil es influenciado por factores internos y externos.

El desarrollo del niño no es solo marcado por cargas genéticas sino también por experiencias e interacción con su ambiente. Por ejemplo los niños heredan características físicas, rasgos de personalidad, habilidades naturales y susceptibilidad a ciertas enfermedades de los padres. De cualquier forma las experiencias de los niños y sus ambientes pueden también afectar como crecen y se desarrollan. Esto es, el alimento y la nutrición que reciben; creencias culturales, valores y expectativas que se les transmiten, todo ello influye y contribuye a su desarrollo total.

c) El Desarrollo Infantil tiene efectos acumulativos y retrasos.

Avances o retrasos en un área específica del desarrollo afectará su desarrollo en otras áreas. Por ejemplo, una niña que confía en otras personas puede estar más interesada en explorar su ambiente.

Esto puede en su momento proveer oportunidades de aprendizaje que den paso al fortalecimiento de sus habilidades de comunicación y lenguaje. Por otro lado, un problema de salud puede limitar la cantidad de actividad que desempeña. Esto puede causar que se aisle del mundo y pierda relaciones sociales claves.

Monitorear el desarrollo temprano de los niños nos permite reconocer mejor las necesidades y potencial de cada niño. Los cuidadores pueden utilizar esta información para identificar y reducir el riesgo individual así como también atender retrasos en el desarrollo a través de intervenciones apropiadas y programas preventivos.

2.2.5.2.- ¿Qué es la inteligencia?

La inteligencia es la capacidad que tiene el cerebro humano para procesar la información que recibe desde el exterior y a su vez del mundo que le rodea. Según la teoría que se ha impuesto es la de la inteligencia múltiple de Howard Gardner. Parece estar ligada a otras funciones mentales como: la lógico- matemático, la espacial, la lingüística, la musical, la corporal, la interpersonal y la Intrapersonal.

La inteligencia de una persona está formada por un conjunto de variables como la atención, , la capacidad de observación, la memoria, el aprendizaje, las habilidades

sociales, etc. El rendimiento de nuestras actividades diarias depende en gran medida de la atención que les prestemos, así como la capacidad de concentración que manifiesta en cada momento. Pero hay que tener en cuenta que, para un rendimiento adecuado intervienen muchas otras funciones como, el estado emocional, una buena salud física y psicológica.

La función principal de la inteligencia no es solo conocer, sino dirigir el comportamiento para resolver problemas de la vida cotidiana con eficacia.

www.psicoactiva.com

2.2.5.3.- Inteligencias múltiples:

Howard Gardner, psicólogo norteamericano de la Universidad de Harvard, en 1983 escribió “Las estructuras de la mente”, un trabajo en el que se consideraba el concepto de inteligencia como un potencial que cada ser humano tiene en mayor o menor grado, especificando que esta no podía ser medida por instrumentos.

Howard Gardner, creador de la Teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia es la capacidad para resolver problemas o elaborar productos que puedan ser valorados en una determinada cultura. Propuso varios tipos de inteligencias, que son importantes; que constituyen las formas como los individuos adquieren, retienen y manipulan la información del medio y demuestran los pensamientos a los demás; por lo cual propuso las inteligencias que se resumen a continuación:

a)Inteligencia Musical.- se utiliza al cantar, componer, escribir una canción, tocar un instrumento, o al apreciar la belleza y estructura de una composición musical.

La música contribuye al desarrollo integral infantil en cuanto ofrece oportunidades de explorar las emociones y relaciones, de aprender conceptos, de desarrollar destrezas motrices y comunicativas como hablar y escuchar, y estimula la creatividad y la apreciación estética. A medida de que se mueve de distinta manera estira no solo el cuerpo sino la imaginación.

Alto nivel de esta inteligencia está presente en: compositores, cantautores, músicos, poetas.

b)Inteligencia lógico-matemático.- se utiliza en la resolución de problemas matemáticos, en el contraste de un balance o cuenta bancaria, jugar al ajedrez, resolver acertijos y en multitudes de tareas que requieran el uso de la lógica.

Para convertirse en pensadores matemáticos, las niñas y los niños necesitan explorar, manipular y organizar objetos concretos antes de poder pedirseles que utilicen símbolos abstractos. Mediante el juego, ellos pueden comenzar a cuestionar, analizar y discutir sus descubrimientos; además de reconocer cómo las matemáticas son parte de su vida diaria. Lo anterior les ayuda a pensar lógicamente y a sentir que las matemáticas son útiles y agradables

c)Inteligencia Espacial.- se utiliza en la realización de desplazamientos de un sitio a otro, se relaciona con las imágenes, permite visualizar objetos mentalmente, imaginación, predicción de la trayectoria de un objeto móvil. Esta inteligencia atañe campos tan diversos.

Esta capacidad se activa en contar historias interactivas presentando el final o los fragmentos que presuponen una continuidad. Para desarrollarla, la educadora y los padres de familia pueden pedir la opinión de sus hijos sobre los hechos de la vida cotidiana, sin juzgar su veracidad y exactitud con el fin de llevarles a descubrir que existen posturas discordantes y divergencias de opinión.

Esta capacidad está presente en pilotos, aviadores, escultores, pintores, arquitectos. Está en los niños y las niñas que estudian mejor con gráficos, esquemas y cuadros.

d)Inteligencia Cinestésico- corporal.- se utiliza en la ejecución de deportes, gimnastas o mimos, bailes, realizando manualidades y en aquellas actividades donde el control corporal es importante para obtener un mejor rendimiento.

Para el desarrollo adecuado de la capacidad sinestesia corporal se debe reconocer que la niña y el niño son seres lúdicos, es decir realmente interesados en realizar actividades que les produzcan placer, goce y disfrute de sus desplazamientos.

El juego está considerado como un dinamizador del desarrollo de esta capacidad de sinestesia corporal en las relaciones consigo mismo, con el mundo físico y social.

e) Inteligencia lingüística.- se utiliza en la lectura para ser más hábiles con las palabras para leer de forma adecuada en la lectura de libros, en la estructura de un texto y en la composición de las palabras, en el uso del lenguaje cotidiano.

La inteligencia lingüística verbal representa un instrumento esencial para la supervivencia del ser humano moderno. Para trabajar, desplazarse, divertirse o relacionarse con el prójimo, el lenguaje constituye el elemento más importante y, algunas veces, el único de la comunicación.

Lograr la competencia comunicativa implica saber conversar, saber escuchar, saber hablar, saber leer y saber escribir en situaciones comunicativas diversas, con distintos propósitos, teniendo en cuenta los requisitos necesarios para lograr un desempeño social adecuado a las exigencias del mundo actual.

f) Inteligencia Interpersonal.-se implica en la relación con otras personas, para comprender sus motivos, deseos emociones, las motivaciones y estados psicológicos de los demás, se refiere a una capacidad cognitiva de comprender los estados de ánimo de los demás. El desarrollo de esta capacidad es importante para quienes, por naturaleza, son seres sociales como la niña y el niño. Esa inteligencia emocional se evidencia en actores, líderes religiosos, políticos carismáticos, buenos vendedores, docentes exitosos y en algunos progenitores que dejan marcas profundas en los hijos aun cuando pasen poco tiempo con ellos. La manifiestan los niños y las niñas que disfrutan trabajando en grupo y que entienden al compañero-a

g) Inteligencia Intrapersonal.- es la capacidad de acceder a los sentimientos propios, las emociones de uno mismo y utilizarlo para guiar el comportamiento y al conducta del mismo sujeto. Se refiere a una capacidad cognitiva de comprender los estados de ánimo de uno mismo. También juega un papel determinante en los cambios personales asociados a mejoras o adaptaciones a los eventos vitales.

Los estímulos para el desarrollo de esta capacidad en la infancia vienen de la familia en primer lugar, y luego de la escuela. La presencia significativa del padre y de la madre junto a su hija o hijo vale más que una presencia de muchas horas.

Las niñas y los niños necesitan desarrollar capacidades de autovaloración positiva, necesitan conocer y tener confianza de sí mismo, valorarse positivamente, valorar su

identidad sexual y su necesidad de libertad, pero deben aprender a hacer un uso responsable de la misma lo cual exige autoestima y autodisciplina.

h) Inteligencia Naturalista.- la utilizamos al observar y estudiar la naturaleza, animales, plantas, pece, las estrellas, las nubes, es decir para organizar y clasificar.

El estímulo de la inteligencia naturalista está relacionado con el ejercicio de sinestesia corporal e interactúa con la sensibilidad olfativa, auditiva y un paseo por la costa, un río, un bosque. La niña/o al descubrir el mundo maravilloso acaba por comparar, relacionar, deducir, analizar y sintetizar. Es esencial que la profesor/a sepa llevarle a elaborar esa identificación y a diferenciarla en relatos verbales o escritos.

www.entrecodigos.com/2008/11

2.2.6.- Características de un niño de 4 años

Características Generales.

Los niños de cuatro años son más seguros, en un nuevo camino resuelven tareas diversas y complejas. Son sociables curiosos, muestran liderazgo y son muy sensibles frente a actitudes que los demás tiene hacia ellos. Cuando escuchan un cuento se pueden conmovir y en sus movimientos pueden reproducir lo que han escuchado.

A los cuatro años el niño corre con mayor facilidad, pueden realizar un buen salto, pueden mantener por más tiempo el equilibrio en una sola pierna, en talones y punta de pie. Tiene mayor independencia en su musculatura, pero hay partes de su cuerpo que no reaccionan en conjunto, piernas, brazos, hombros.

Al jugar o dibujar no solo repiten las instrucciones de la maestra sino que realizan complejas actividades por iniciativa propia. Ponen nombres a las cosas que construyen, entabla conversaciones con los adultos, relatan con detalles situaciones de la vida familiar, a esta edad maneja un vocabulario de hasta 2000 palabras, que evidencia el abandono del lenguaje infantil.

En esta edad se debe poner mucho énfasis a la educación de la voluntad, ya que las características psicológicas permiten desarrollar la paciencia, la perseverancia, la autocritica, la valoración del trabajo. Los hábitos de cortesía alcanzan con mayor

complejidad, “por favor” dan las gracias, ayudan a los demás, se despiden, comparten juegos.

Un niño de cuatro años está sumergido en exploraciones elementales del mundo físico y social, en esta edad representan mentalmente los objetos a través del pensamiento visual mediante las imágenes que reproducen cuando dibujan sus trazos un reflejo directo de si mismo, de sus sentimientos y percepciones del ambiente que le rodea.

Los niños en esta edad pueden hacer complejidad de juegos que pongan en riesgo su capacidad motora: saltar, zanjass, subir por trepadores y toboganes, juegos de competencias, juego de pelotas y otros.....

Los niños de cuatro años encuentran de mucho agrado el realizar trabajos artísticos en colaboración con otro niño; y como afirmación de si mismo le gusta guardar los juguetes solo.

2.2.7.-Incidencia en el aprendizaje en los niños de 4 años

El Crecimiento que tiene el intelecto en el curso del tiempo, la maduración de los procesos superiores de pensamiento desde la infancia hasta la adultez.

Es el proceso por el cual el niño identifica y selecciona una serie de rasgos o claves (características) relevantes de un conjunto de objetos, con el fin de buscar sus principales propiedades esenciales que le permiten identificarlo como clase y diferenciarlos de otros objetos.

Esperamos llegar a comprender a profundidad cada una de las características de los niños y el avance que presentan los mismos a medida que van creciendo y desarrollándose en todos los sentidos, para conseguir de esta manera un mejor entendimiento del mundo infantil, y ser capaces de guiar a los niños por un crecimiento sano y adecuado.

2.2.7.1.- Incidencia en la psicología del niño.

La desnutrición es la causa prevenible más común de deterioro mental en todo el mundo. Los efectos más visibles y graves son en la capacidad cognitiva y la memoria espacial lo que podría aumentar de un estudiante potencial para procesar y conservar información académica; La salud y la nutrición han demostrado tener una estrecha relación con el éxito escolar en general.

Los efectos que causa la desnutrición en los grupos poblacionales se encuentran relacionados con otros factores que hacen referencia a su estilo de vida y al factor socioeconómico. En el desarrollo del trabajo se darán a conocer los factores que están involucrados en este proceso y las consecuencias que se generan en el organismo.

2.2.8. - La malnutrición afecta en el desarrollo del cerebro.

Álvaro Izquierdo Bello, docente y neurólogo pediatra explica que la inadecuada ingesta de alimentos afecta a la primera infancia. Esta puede ser desde el embarazo, el feto requiere nutrientes que intervienen en su desarrollo y crecimiento de sus órganos; entre ellos el cerebro.

En los primeros meses de la gestación se da la multiplicación de las neuronas y otras células del cerebro del bebé. Si por alguna razón no hay una adecuada nutrición, las células no se multiplican y el cerebro no crece apropiadamente. En los siguientes años, la célula tiene que madurar y hacer conexiones. Si hay falencias de nutrientes, no se da la comunicación, la unión entre ellas ni el proceso lo cual no permite la transmisión de impulsos nerviosos.

En la infancia el desarrollo del cerebro, avanza a un 90%, lo culmina a los 5 años de edad .pero el periodo crítico de su proceso evolutivo y de formación es hasta los 2 a 3 años del niño.

Si en esta etapa hay una deficiencia de nutrientes esenciales para su formación, por tiempo prolongado “se producen problemas en el desarrollo cognitivo y de aprendizaje en el futuro de los niños/as.

Asimismo, una inadecuada alimentación prolongada durante el periodo crítico del crecimiento cerebral puede ocasionar atrofia del desarrollo neuronal, retardo mental, deficiencias en el desarrollo cognitivo, visual de aprendizajes y por tal razón el desarrollo intelectual reducido, además problema de atención, hiperactividad motora y más adelante, fallas en el proceso mental superior, como razonamiento abstracto, síntesis y análisis.

2.2.9.- Incidencia en el crecimiento físico

Incidencia en el crecimiento físico. La falta de satisfacción de los requerimientos nutricionales puede producir un retraso del crecimiento, con el consiguiente riesgo de desnutrición.

En la supervisión periódica del crecimiento y desarrollo, es necesario poner énfasis en la detección precoz de cambios en el canal de crecimiento, en la indicación oportuna de suplementos lácteos cuando fueren necesarios, en la introducción progresiva de alimentos sólidos de acuerdo a las necesidades del niño, y en la entrega de contenidos educativos orientados a la formulación de una dieta equilibrada, en concordancia con las posibilidades familiares.

www.abcdelbebe.com/la-malnutricion-afecta-el-desarrollo-del-cerebro-en-los-niño

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

2.3.1 Educación inicial:

Se puede considerar a la Educación Inicial como un servicio educativo que se brinda atención a niños y niñas de 3 y 4 años de edad de forma integral, creando un

ambiente educativo y afectivo, lo que garantiza desarrollar, habilidades, hábitos, valores, su autonomía y formar sus actitudes necesario para el desempeño a futuro.

La Educación Inicial es un derecho de los niños y niñas y se puede ver cómo una oportunidad para los padres de familia, para mejorar la crianza de calidad con calidez.

- Con Decreto Ejecutivo N0 354-R.O.N0 89 DE 16-12-1996, se integra el MEC el Programa Nacional de Educación Preescolar Alternativa, PRONEPE.
- Acuerdo Interministerial 004 MEC- MBS. DEL 26-06-2002, pone en vigencia el **REFERENTE CURRICULAR DE NIVEL INICIAL DE NIÑAS Y NIÑOS DE 0 A 5 AÑOS.**
- Acuerdo Ministerial N0 4527 de 21-11-2002, desconcentra a las veinte y dos Direcciones Provinciales de Educación Hispana, la parte pertinente a las competencias de recursos humanos, financieros, materiales y técnico educativos del PRONEPE.
- Con Acuerdo Ministerial N0 502 del 14 de Marzo del 2003, se expide el Reglamento que regula proceso de transferencia técnico-pedagógica, administrativo y financiero del Programa de Educación Preescolar Alternativa PRONEPE, a las direcciones Provinciales de Educación Hispana.
- Con Acuerdo Ministerial N0 1947 **PUBLICADO EN EL REGISTRO OFICIAL** N0 62 del 15 de Abril de 2003, crease el Programa de Educación Inicial, responsable de brindar educación a niñas y niños de 0 a 5 años de edad.

Resolución N0 0025 OSCIDI-2003 del 10 de Julio del 2003, Modernización Administrativa del Estado, Sistema de Organización por procesos y de Desarrollos de Recursos Humanos a implementarse en las entidades del Sector Publico conforme a las Políticas Públicas establecidas en la resolución N0 OSCIDI-2000-032 publicada en el Registro Oficial N0 234 del 29 de

Diciembre del 2000, expide la estructura Orgánica por procesos transitoria del Ministerio de Educación y Cultura.

2.4.- PREGUNTAS DIRECTRICES DE LA INVESTIGACIÓN

- ¿Sabe usted que la desnutrición del niño retrasa el desarrollo intelectual y puede ser evidente en el aula, mediante una vaga realización de las diferentes actividades según corresponde a la edad?
- ¿Cree usted que el entorno familiar es el mundo dentro el cual el niño nace, crece y se desarrolla, intelectual y físicamente y favorece a su desarrollo para no tener repercusiones en todas las etapas de su vida?
- ¿De ser posible si el Centro de Educación Inicial solicita la participación a talleres para formación familiar, en el bien común de sus hijos acudiría?
- ¿Conoce usted que el desarrollo intelectual se centra en procesos de pensamientos y conducta de los niños?
- ¿De tener un espacio y la factibilidad para un asesoramiento técnico en la creación de un Huerto Orgánico junto a la elaboración de un manual nutritivo lo pondría en práctica; para mejorar la nutrición y salud de sus niños?

2.5.-CARACTERIZACION DE LAS VARIABLES

Variable Independiente:

En el proyecto a realizarse la variable independiente es **la desnutrición infantil**, situación que se ve un problema en el Centro de Educación Inicial “Cumaná” debido a factores económicos, causas provocadas por el ser humano al no tener una

concienciación de nutrir a nuestros hijos desde su concepción, siendo los primeros 5 años de vida de vital importancia, otro factor la desintegración del hogar, un niño no solo puede tener alimentos suficientes para nutrirse sino también incide la parte afectiva de los padres.

Variable Dependiente:

La incidencia en el desarrollo intelectual y crecimiento físico; la buena nutrición del pequeño ayudará a mejorar en su desarrollo físico e intelectual en el niño.

La mal nutrición afecta al desarrollo de cerebro impiden las conexiones se multipliquen para que se puedan avanzar según su rango de edad.

2.6.- CONCEPTUALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

La desnutrición hace referencia a un estado patológico ocasionado por la falta de absorción de nutrientes. De acuerdo a la gravedad del cuadro. En ocasiones el trastorno puede ser leve y presentarse sin síntomas, sin embargo hay otros casos más graves que pueden llegar a ser irreversibles.

La fatiga, los desmayos, el crecimiento deficiente del niño, la pérdida de peso son algunos de los síntomas de la desnutrición.

Si no se detecta a tiempo y no recibe la atención médica necesaria esta puede llegar a ocasionar una discapacidad tanto mental como física.

2.7.- GLOSARIO DE TERMINOS:

Alimentos.- comida, cualquier sustancia que, directamente o previa modificación, es capaz de ser asimilada por el organismo proporcionándole energía y utilizada para el mantenimiento de la fusiones vitales.

Alimenticio/ cia.- que alimenta o tiene la propiedad de alimentar.

Análisis.- distinción y separación de las partes de un todo hasta llegar a conocer sus principios o elementos.

Causa.- lo que se considera como fundamento u origen de algo.

Contagio.- transmisión, directa o indirecta, de una enfermedad infecciosa.

Desarrollar.- desarrollar una teoría, plan, idea, etc. con todos sus detalles.

Diagnostico.- perteneciente o relativo a la diagnosis.

Efecto.- lo que es consecuencia o resultado de una causa.

Espacial.- perteneciente o relativo al espacio.

Falencias.- error que se padece en asegurar una cosa.

Guía.- tratado en que se dan preceptos para orientar en cosas.

Holístico.- En un estilo referido a la forma en que se produce el aprendizaje, es decir a las estrategias individuales de aprendizaje

Incidencia.- lo que sucede en el curso de un asunto y que está relacionado con él.

Intelectual.- perteneciente o relativo al entendimiento.

Integral.- resultado de integrar una expresión deferencial.

Integración.- dar integridad a una cosa, componer un todo con sus partes integrantes.

Juego.- ejercicio recreativo sometido a reglas y en la cual se gana o se pierde.

Ley.- regla y norma constante en invariables de las cosas.

Método.- modo de realizar algo en orden, procedimiento para hallar el conocimiento y enseñarlo. Conjunto de normas, ejercicios, para enseñar o aprender algo.

Nutrición.- acción y efecto de nutrir o nutrirse.

Nutrir.- aumentar la sustancia del cuerpo animal o vegetal por medio del alimento, reparando las partes que se van perdiendo por el ejercicio de las fuerzas vitales.

Percepción.- aprehensión de la realidad por medio de los datos recibido por los sentidos.

Pandemia.- examinar con cuidado algún asunto.

Pobreza.- necesidad, estrechez, carencia de lo necesario para el sustento de la vida.

Problema.- conjunto de hechos o circunstancias que dificultan la consecuencia de algún fin.

Repercusión.- acción y efecto de repercutir.

Vitaminas.- cada una de ciertas sustancias orgánicas que existen en los alimentos y que, en cantidades pequeñísimas, son necesarias para el perfecto equilibrio de las distintas funciones vitales.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

Modalidad del tipo de investigación.- La metodología que se va a utilizar será información que pueda ofrecer resultados exactos esto servirá para obtener datos estadísticos que serán realizados por medio de una encuesta a los padres de familia y docentes de la Institución.

3.1.- TIPOS DE INVESTIGACIÓN

3.1.1.-Investigación Aplicada:

La investigación aplicada se caracteriza porque busca la aplicación o la utilización de los conocimientos que se adquieren, su vinculación con la investigación básica son estrechas, pues depende de los resultados y avances; esto queda aclarado si nos percatamos de que toda investigación aplicada requiere de un marco teórico. Sin embargo, en una investigación empírica, lo que le interesa al investigador, primordial, son las consecuencias prácticas.

Si una investigación involucra problema tanto teórico como práctico, recibe el nombre de mixta. En realidad, un gran número de investigaciones participa de la naturaleza de la investigación básica y de las aplicadas.

3.1.2.- La investigación Descriptiva:

Nos ayuda a conocer las características externas del objeto de estudio. Esta descripción sirve para profundizar el conocimiento del objetivo para la posible

elaboración del proyecto para llegar a conocer las situaciones, costumbre y actitudes, se identifican de las relaciones que existen entre las dos variables a solucionar.

La descriptiva puede referirse a personas, hechos, procesos, relaciones naturales, que deben realizarse en un tiempo determinado.

En este trabajo se utilizó la descriptiva, en el planteamiento del problema, con el fin de reunir detalles suficientes para la identificación del problema así también en la elaboración de los objetivos específicos puesto que describen el medio para la realización o cumplimiento del Objetivo General.

En la justificación porque se manifiesta las razones fundamentadas en este aspecto. Siendo coherente en la importancia de la creación de un huerto Orgánico y la elaboración de un manual nutricional para los padres de familia para poder ayudar algunos menús con la utilización de los productos del huerto (legumbres y hortalizas).

3.1.3 Investigación Explicativa:

Se centra en determinar los orígenes o las causas de un determinado conjunto de fenómenos.

Su objetivo, por lo tanto es, conocer porque suceden ciertos hechos analizando las relaciones existentes o, al menos, las condiciones en que ellos se producen.

Este tipo de investigación se utiliza dentro de la fundamentación teórica en la descripción de las causas y efectos de la desnutrición en el ámbito general de la sociedad y su incidencia en el desarrollo intelectual y físico de los niños/as en los primeros 5 años de edad. También esta descrita dentro del planteamiento de problema que es un efecto latente en esta caso de Centro de Educación Inicial “Cumana”.

3.2 MÉTODOS

3.2.1 Método Analítico: Se distingue, porque los elementos de un fenómeno son ordenadamente revisados cada uno de ellos, en sus partes para observar las causas, la naturaleza y los efectos, a partir de la experimentación y el análisis de un hecho, descomponer un todo en sus partes para estudiar en forma intensiva cada uno de los elementos. Este método nos ayuda a conocer el objeto de estudio del caso y establecer leyes para comprender mejor su comportamiento y establecer nuevas teorías.

3.2.2 Método Inductivo.

La inducción va de lo particular a lo general es decir al movimiento del pensamiento que va de los hechos particulares hacia afirmaciones de carácter general. Este tipo de método se relaciona con el Planteamiento de Problema ya que se especifica las partes para armar el resultado que estamos buscando y que con el uso de este medio lo podemos realizar, también se relaciona con la justificación, ya que permite dar pautas con el fin de lograr un análisis global del problema planteado.

3.2.3 Método Deductivo.

En un método de análisis el cual permite a partir del todo, llegar a hechos particulares es decir, consigue desglosar el todo en sus partes constitutivos. Este método se presenta en la Introducción aquí se demuestran los hechos particulares más importantes que despejaron nuestras dudas y alimentan nuestros pensamientos para formar lo general.

3.3.- TÉCNICAS Y HERRAMIENTAS DE LA INVESTIGACIÓN.

Para el presente proyecto de la Desnutrición Infantil de los niños y niñas del Centro de educación Inicial “Cumaná” se tomará en cuenta por medio de la Observación el fenómeno del problema, así también se realizará la Encuesta a los Padres de

Familia, aplicando una guía de preguntas directrices que contendrán parámetros que me permitirán luego tabular las preguntas..

3.3.1 Observación:

Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o cosa, tomar información y registrarla para su posterior análisis. La observación es un elemento fundamental de todo proceso investigativo como investigador me he apoyado en esto para obtener el mayor numero de datos.

Esta técnica de recolección de información es muy necesaria e indispensable dentro, en la gran mayoría de investigaciones por lo mismo la utiliza dentro del planteamiento del problema, previa a una indagación, antes de seleccionar datos y temas. La encuesta en los Objetivos Específicos es necesaria para el posterior análisis, que esclarecen los datos obtenidos, dando validez a los datos obtenidos.

3.3.2.- Encuesta:

Una encuesta es un estudio observacional en el cual el investigador no modifica el entorno ni controla el proceso que está en observación. Los datos se obtiene a partir de realizar un conjunto de preguntas normalizadas dirigidas a una muestra representativa o al conjunto total de la población estadística en estudio, formada los padres de familia y docentes del Centro de Educación Inicial “Cumaná”, con el fin de conocer opiniones, características de hechos específicos.

Este tipo de encuesta se vincula con los antecedentes que con ello lograremos obtener información que no puede ser adulterada, son registros que son llevados por las entidades en las cuales se realizará para su análisis y sustentación a futuro.

Previo el problema que fue detectado en los niños y niñas de 4 años de edad se ha visto la necesidad de concientizar a los padres de familia por medio de charlas a una estimulación adecuada de alimentos nutritivos para los infantes tomando en cuenta qué, buena parte del desarrollo infantil tiene que ver con la calidad nutricional.

Desde el enfoque del problema de la desnutrición, el procesamiento está distribuido por capítulos que aborda diferentes temas que influyen de forma integral en el desarrollo los niños y niñas.

3.4.- POBLACIÓN Y MUESTRA

Población: La población de estudios realizados a docentes de la Institución y Padres de Familia de los niños de 3 a 4 años de edad, que asisten al Centro de educación Inicial “Cumaná” en el sector de San José de Minas es aproximadamente de 40 padres y 2 docentes.

Cuadro N° 3

Docentes	Padres de familia	Total
2	40	42

Elaborado por Margarita Panamá

Muestra: Dentro de la encuesta realizada a los docentes y Padres de Familia; tenemos como muestra que, pocos conocen sobre la incidencia perjudicial que ocasiona la desnutrición en su etapa inicial a los niños.

La población existente de los padres de familia encuestados de los niños que asisten al centro de Educación Inicial “Cumaná” no es suficiente para poder aplicar la fórmula para calcular la muestra.

$$n = \frac{N}{(N-1)E^2 + 1}$$

N= tamaño de la población

n= tamaño de la muestra

E2= error máximo admisible

3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Cuadro N°4

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
Variable independiente	Tipos de desnutrición	Aguda: Leve Moderada Severa
Desnutrición Infantil	Causas de desnutrición	Pobreza Educación alimentaria Inadecuados hábitos Desintegración del hogar
	Efecto da la desnutrición	En el embarazo En etapa fetal En la lactancia En la niñez Efecto en la psicología del niño
Variable Dependiente	Desarrollo	Qué es desarrollo Síntesis de las etapas de desarrollo Qué es inteligencia
	Las inteligencias múltiples	Inte. Musical Inte. Lógico-matemático Inte. Espacial Inte. Cinestésico-corporal Inte. Lingüístico Inte. Interpersonal Inte. Intrapersonal Inte. Naturalista
Incidencia en el desarrollo intelectual	Incidencia en la psicología del niño	Atrofia en el desarrollo neuronal causa un retardo mental.
	La malnutrición afecta al cerebro	

CAPITULO IV

4.1.- PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

Se aplicó la encuesta a 40 padres de familia de niños de 4 años de edad y a 2 docentes del Centro de Educación Inicial “Cumaná” con la finalidad de recabar información correcta, de saberes culturales propios de la desnutrición y ver si conocen los factores que inciden en el crecimiento físico e intelectual del infante, así como para trabajar en conjunto y disminuir la incidencia ocasionada, generar un proceso natural de alimentación.

Para evidenciar la encuesta se utilizará la gráfica donde me permite aclarar los porcentajes de dicho trabajo.

4.2.- ENCUESTA:

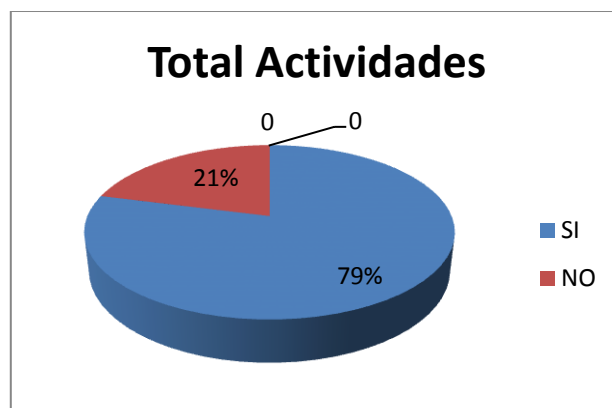
1.- ¿Conoce las causas de la desnutrición infantil?

Cuadro N° 5

Pregunta	frecuencia	%
Si	33	79%
No	9	21%
Total	42	100%

Elaborado por Margarita Panamá

Gráfico N° 1



Análisis.- la pregunta planteada determinó que un (79%) conocen sobre las causas y daños que pueden ocasionar a un niño según su grado de desnutrición y el (21%) desconocen; por lo tanto los datos nos permite darnos cuenta que se debería trabajar con información necesaria para disminuir los daños que repercutirá a futuro.

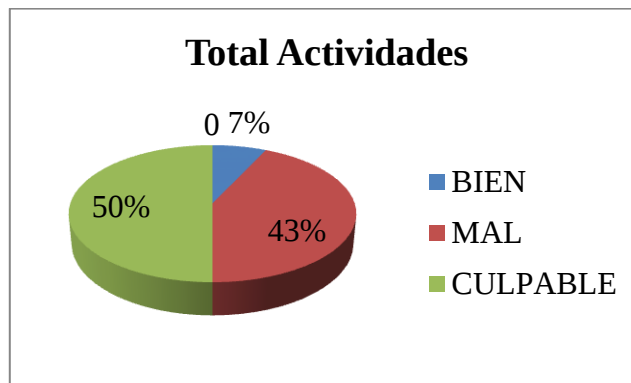
- 2.- ¿Cómo padres, como reaccionaria al saber que su hijo tiene desnutrición y se debe a un inadecuado seguimiento y asistencia nutricional?

Cuadro N° 6

Pregunta	Frecuencia	%
Bien	3%	7%
Mal	18%	43%
Culpable	21%	50%
Total	42%	100%

Elaborado por: Margarita Panamá

Gráfico N° 2



Análisis: como se puede demostrar según la encuesta que un (50%) se considerarían ser causantes de una desnutrición que afectaría al crecimiento físico según su edad cronológica, lo que ocasionaría al niño es un decaimiento que no permitirá ser partícipe de juegos , como también no haber ejercitado hábitos alimenticios desde temprana edad.

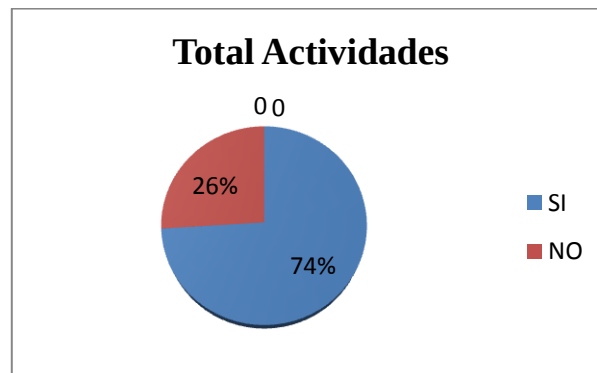
3.- ¿Cree usted que la desnutrición en un niño afecta en el desarrollo intelectual, lo que dificulta al infante se desarrolle normalmente las actividades y habilidades en el entorno social?

Cuadro N° 7

Pregunta	frecuencia	%
Si	31	74%
No	11	26%
Total	42	100%

Elaborado por: Margarita Panamá

Grafico N° 3



Análisis: los datos dan a conocer de un (74%) que si afecta a su desarrollo intelectual, lo que quiere decir es que un niños desnutrido en edad Pre-escolar tendrá una evidencia clara , porque su memoria , atención , socialización presentará escasa para con los demás; (26%) dicen que no, puede ser en ocasiones que un niños con desnutrición según la estimulación temprana o la afectividad si están en capacidad de sobresalir a sus conocimientos siendo igual o mejor que los demás del grupo.

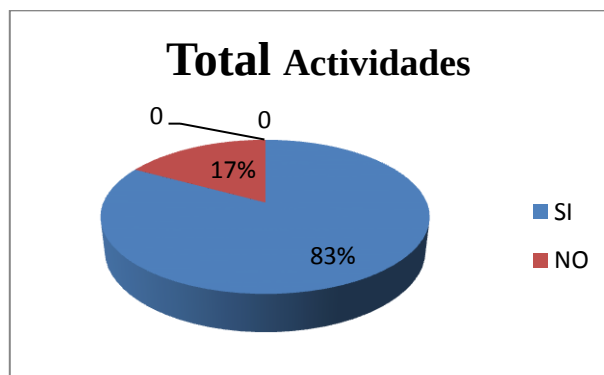
4.- ¿Sabía que, al no consumir alimentación variada y saludable es perjudicial que afectan gravemente la salud y la calidad de vida?

Cuadro N° 8

Pregunta	frecuencia	%
Si	35	83%
No	7	17%
Total		

Elaborado por: Margarita Panamá

Grafico N° 4



Análisis: los padres de familia y docentes encuestados un (83%) conocen que es un derecho a crecer saludable permitiéndoles disfrutar de un alto nivel en salud, en efecto buena parte del desarrollo infantil tiene que ver con la calidad nutricional y el estado emocional de los niños y niñas, un (17%) desconocen o puede ser que no tomaron en serio a futuro un problema.

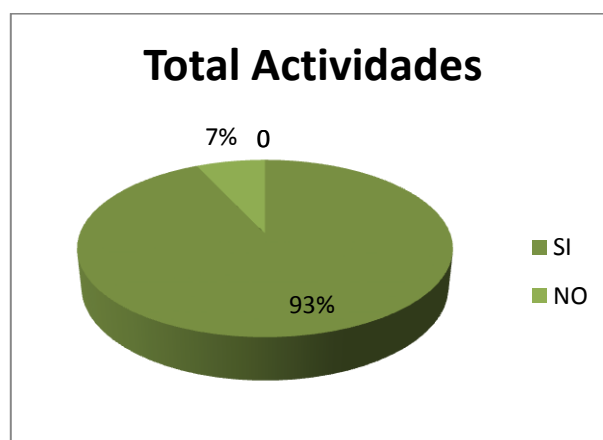
- 5.- ¿Cree usted que de tener la motivación de la creación de un huerto orgánico y un recetario nutricional ayudaría a fomentar hábitos saludables de alimentación?

Cuadro N° 9

Pregunta	frecuencia	%
Si	39	93%
No	3	7%
Total		100%

Elaborado por: Margarita Panamá

Grafico N° 5



Análisis: la mayoría de los padres, es decir (93%) luego de hacer un análisis sobre una desnutrición en sus hijos la mayoría ocasionadas por malos hábitos y alimentación no balanceada participarán en la creación de un huerto orgánico que se sembrara toda clase de hortalizas que serán de alimento para sus hijos lo que representará un ahorro a su dinero, la guía nutritiva ayudará a la preparación de alimentos debido a su tiempo disponible quien será beneficiado es el niño en una buena alimentación un si (7%) no participará debido a su ocupación laboral.

CAPITULO V

5.1.- CONCLUSIONES:

- ❖ La familia es el pilar importante para que un niño crezca saludable y se desarrolle física e intelectual en sus capacidades según su edad cronológica.
- ❖ El amor y estimulación alimenticia ayudará a salir de la desnutrición y poder desenvolverse de forma normal con los demás.
- ❖ Los padres deben darse un tiempo para compartir con sus hijos, preparando alimentos nutritivos que le permitan alimentarse saludablemente.
- ❖ La alimentación en el periodo de gestación de la madre, le ayudará en el desarrollo físico, emocional, social, intelectual y creativo del niño en sus diferentes etapas.
- ❖ Un retraso en el desarrollo del niño afecta su calidad de aprendizaje en las áreas del conocimiento.

5.2.- RECOMENDACIONES:

- ❖ La familia, especialmente papá y mamá son los responsables de alimentar a sus hijos con productos variados como es de orígenes animales, vegetales o minerales que nos brindan energía y nutrientes necesarios para vivir y formar hábitos alimenticios.
- ❖ Amar a sus hijos y ser parte de un proceso de recuperación de su incidencia en este caso con desnutrición evitará ser agravante el problema a futuro.
- ❖ Es verdad que hoy en día trabajan padre y madre pero debe sobre salir la importancia de alimentarlos y dar tiempo para nuestros niños, aunque no por cantidad sino de calidad que este debe tener.
- ❖ El bienestar de la madre en el periodo de gestación o de lactancia es importante para el desarrollo del niño, así como protección contra riesgos y enfermedades. Para el buen desarrollo del infante en las diferentes etapas es un derecho alimentarlo en los primeros seis meses de leche materna que ayuda a la maduración, estimula el desarrollo de la inteligencia.
- ❖ El crecimiento y desarrollo del niño se retrasan si no recibe cuidado protección y compañía sus posibilidades de supervivencia aumenta si él se siente seguro así como sentirse especial y competente.

CAPITULO VI

LA PROPUESTA

6.1.- Tema

“La desnutrición Infantil y su incidencia en el desarrollo intelectual. Implementación de un huerto orgánico y manual nutritivo; como guía para la alimentación de los niños del Centro de Educación Inicial “Cumaná” ubicado en el sector de San José de Minas; distrito Metropolitano de Quito año 2012-2013.

6.2.- Justificación

Mi propuesta parte de la necesidad de crear en el hogar buenos hábitos alimenticios a bajo costo sin perder la importancia de consumir alimentos nutritivos para el consumo familiar, de manera que la integración se fortalezca al trabajar en el huerto y luego cosechar los alimentos para servirlos en la mesa como fruto de la unión familiar. La sugerencia sobre el recetario nutricional que se adjunta dará énfasis al consumo de los productos naturales cultivados en el huerto orgánico, para la institución donde se ejecuto el proyecto y también a los padres de familia, que aprendieron ,colaboraron y pondrán en práctica en cada uno de sus hogares siendo los porta voz para incluir al resto de la comunidad , compartiendo responsabilidades con los involucrados para velar por la salud, educación, y alimentación que todo niño y niña tiene derecho para su desarrollo integral.

6.3.- Objetivos

Objetivo general. Desarrollar una herramienta que permita a las madres de familia y personal docente manipular alimentos perecibles con una correcta combinación de productos para la buena salud en niños.

Objetivos específicos

- ❖ Elaborar una guía teórica de recetas nutritivas para fortalecer la nutrición de los niños y niñas, incorporando activamente a las madres de familia.
- ❖ Incentivar por medio de charlas al personal docente y madres de familia a que manipulen alimentos perecibles a fin de reducir la desnutrición infantil y posibles incidencias que repercuten en la edad inicial.
- ❖ Garantizar el producto cien por ciento natural del huerto orgánico con el fin de concientizar a los padres en la siembra de hortalizas y legumbres para nutrir de alimentos sanos a nuestros niños.

6.4 Ubicación geográfica de la propuesta

San José de Minas está ubicado aproximadamente a 80 km. de la ciudad de Quito, dotándonos de un clima cálido lo cual favorece a toda clase de producción en productos, aquí encontramos Instituciones Educativas, como prioridad para la elaboración de mi proyecto el Centro de Educación Inicial “Cumaná” contando con 40 niños y 2 docentes a su cuidado.



www.sanjosedeminas.com

maps.google.com.es

6.5.- Factibilidad

El proyecto planteado LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTELECTUAL. IMPLEMENTACIÓN DE UN HUERTO ORGÁNICO Y MANUAL NUTRITIVO; COMO GUÍA PARA LA ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL “CUMANÁ” UBICADO EN EL SECTOR DE SAN JOSÉ DE MINAS; DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012-2013. considero que es muy factible debido al lugar donde lo he desarrollado pues tengo la oportunidad de contar en la comunidad con un terreno donde se puede instruir a la gente para colaborar y luego aplicar los conocimientos en cada casa, en los terrenos que se tiene, el espacio grande o pequeño no interesa sino las ganas de trabajar por una alimentación más sana aprovechando los recursos de cada uno para mejorar la alimentación de la familia y en especial de los niños-niñas por las ventajas que esta tiene de acuerdo a lo planteado por la recopilación de información planteada en los antecedentes .

La guía como la planteo en dos partes es precisamente porque considero que al mismo tiempo que la gente se acostumbra a sembrar cuidar y producir sus productos también es importante consumirlos para ello se realizó una la recopilación de recetas comunes pero que con creatividad en la presentación pueden ser más agradables a la vista de los niños-niñas dando así la oportunidad a las madres y padres de integrarse con sus hijos en la labor de cuidar sus tierras y al mismo tiempo alimentarse saludablemente .

Esto lo he realizado conjuntamente a mi proyecto y ahora lo seguiré desarrollándolo mejor con los conocimientos que he adquirido a lo largo de este proceso, es por esto que considero muy factible el desarrollo del mismo por lo que puede ser aplicado en otros lugares que se interesen por la idea planteada.

6.6.-DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

UNIDAD I



Huerto orgánico

Pasos a seguir

Es una extensión pequeña de terreno donde se siembra hortalizas y legumbres, con su respectivo cuidado de forma natural de esta manera se obtiene productos nutritivos.

Para manejar un huerto Orgánico no sólo se requiere saber de horticultura, incluye la aptitud que se tenga para trabajar.

El huerto orgánico es una forma natural y económica de producir hortalizas sanas y libres de químicos para nuestras familias. Los productos a sembrar en el entorno Instruye a las familias a realizar los semilleros usando métodos más simples y sencillos.

Nuestro huerto orgánico cumple con las siguientes condiciones:

- Está ubicado cerca de la casa o la vivienda
- No debe tener árboles que le den mucha sombra.
- Estar cerca de una cisterna de riego: acequia, pozo o llave.
- Contar con un espacio de 1.20m. de ancho y 5m de largo
- Recibir la luz del sol todos los días.
- El huerto podemos distribuirlo de la siguiente forma.
- Cercado con (malla, carrizo, ramas, alambres de púas o sarán), para evitar daño.

6.6.1.-Elaboración de abonos

Para mejorar la producción del cultivo en el huerto y obtener cosechas sanas, debemos dotar a la tierra de abono orgánico.

1.- COMPST o abono compuesto, este es un preparado a base a materiales orgánicos y materiales vegetal, en descomposición por acción de los microorganismos que viven en el suelo, nos ayuda a mejorar fertilidad del suelo.

6.6.2 ¿Cómo saber si nuestra composta está funcionando?

* Se debe tener en cuenta los siguientes aspectos.

*Calor y humedad adecuada.

*Frio o húmedo, está demasiado mojado y hay que dejarla secar

*Si se tiene acceso a estiércol de herbívoros, colocarlo periódicamente.

Aplicación

1.- En el huerto familiar se debe aplicar 1 kilo de abono orgánico por metro cuadrado, por ejemplo en la siembra de lechuga.

En caso de hortalizas de flor como la coliflor y brócoli; 7 partes de tierra por 3 de abono

2.- Directamente junto a la línea de cultivo. Abriendo una zanja que se cubrirá luego con la tierra.



Se está realizando para la composta utilizando material orgánico y las malezas del terreno.

Fertilizantes.- los fertilizantes químicos son productos que se utilizan para dotar a las plantas los nutrientes que el abono orgánico en cantidad suficiente ni el suelo ni el abono orgánico; en base a la cantidad de los elementos que contienen un fertilizante puede ser simple o compuesto.

Ejemplos:

N-P-K.- es compuesto y contiene el 10% de Nitrógeno, el 30% de Fosforo y el 10% de Potasio.

00-00-K- solo contienen Potasio en un 60% y se le conoce también con el nombre de Muriato de Potasio.

N-00-00.- es simple y posee un 46% de nitrógeno, nada de Fosforo ni Potasio, se le conoce también con el nombre de Urea.

6.6.3.-Preparación del terreno:

Existen diferentes formas

Cama alta, se diseña de la siguiente manera; en un espacio de terreno de 1.20 mts de ancho y largo indeterminado, se levanta hasta 25 cms del nivel del orinal, sobre el que se siembran las hortalizas de trasplante como: paiteña, col, brócoli, coliflor, acelga, apio entre otros.



Se está limpiando el terreno para la respectiva siembra de trasplantes

6.6.4.- ¿Qué es una cama caliente?

El hueco que hicimos de 40cms lo rellenos de la siguiente forma:

- 5 cms de abono orgánico
- 10 cms de tierra
- 10 cms de tierra orgánica descompuesta
- 20 cms de tierra
- 20 cms de material orgánicas vegetal + animal
- Suelo removido.

Es cuando la siembra se realiza sobre el lugar donde está el abono orgánico para aprovechar los nutrientes más directos.



Estamos en la siembra directa de zanahoria, remolacha y rábano, sobre una cama caliente

6.6.5.- ¿Cuándo sembrar?

Tomando como base el conocimiento nuestros antepasados las épocas para la siembra están de acuerdo con las fases de la luna así.

Luna llena. Es día idóneo para hacer los semilleros, por la energía para la germinación. Por lo que se recomienda la siembra de raíz y granos.

Luna menguante. Se aconseja sembrar cultivos de tipo tubérculos como: zanahoria, rábano, remolacha, se realizar para que germinen y bajen con la luna.

Luna nueva. Útil para trasplante de cultivo de hojas y de tallos que dan frutos, como el tomate riñón.



Tomando en cuenta el estado de la luna estamos realizando el trasplante del producto

6.6.6.- ¿Qué es un semillero y para qué sirve?

Un semillero es un sitio donde se siembra los vegetales o donde se guardan las semillas. Previo a una preparación y condición de terreno para colocar las semillas con la finalidad de producir su germinación con las mejores condiciones y cuidados, que pueda crecer sin dificultad y facilitar en el trasplante.

Una vez listo el terreno, la tierra está suficientemente nivelada humada y suelta, podemos ahí realizar las siembras que pueden ser directos e indirectos.



6.6.7.- Cuidados que debemos tener en el huerto

Riego: es vital para el huerto debe haber un sitio de riego o utilizando una manguera un regadero o botella plástica desechable que me permita el sistema de goteo, perforado lado al lado.

Deshierbe: se debe realizar para evitar que compitan con los cultivos.

No las boten puede dejarse como cobertura del suelo.

Aflojado de la tierra: me permite airear el suelo y facilita en enraizamiento de las plantas y disminuir el crecimiento de malezas.

Abonado: me ayuda a tener un suelo nutritivo para el fortalecimiento de mis cultivos.

Raleo: se debe realizar para evitar que los cultivos que los cultivos se peguen y no tengan suficiente espacio para crecer.



Es importante mantener las camas limpias de malezas para favorecer el desarrollo del producto por tal motivo lo realizamos semana tras semana

6.6.8.- Control biológico de plagas

1.- De forma natural en espacios grandes o pequeños deben compartir la siembra con plantas que me sirvan como barrera o aislamiento de plagas naturales como los insectos, entre las plantas que lo ahuyenta esta la manzanilla, cilantro, hierva luisa, entre otras.

2.- Lo hacemos de forma natural con una mezcla de ají y ajo.



Para evitar los mosquitos o la mariposa sembramos a los costados plantas aromáticas y a su vez realizamos preparados naturales

6.6.9.- Cultivo de las principales hortalizas

Debido al cuidado respectivo durante el proceso de la siembra y durante su crecimiento obtenemos la primera cosecha de productos como: col, brócoli, coliflor, col china, acelga, apio, perejil, remolachas, cebolla paitaña, lechuga.



a) Cosecha de siembra directa



Cosecha de la siembra directa



a) Brócoli cultivo de un trasplante



Col cultivo de trasplante



Apio y perejil cosechas de siembras indirectas



Acelga



COSECHA Y UTILIZACIÓN DE LOS PRODUCTOS CULTIVADOS

RECETAS APLICABLES



6.6.10.- Alimentos y nutrientes que podemos incluir en nuestra dieta

Cuadro N° 10

ALIMENTOS PROTECTORES (Frutas y vegetales)	ALIMENTOS FORMADORES	ALIMENTOS ENERGÉTICOS
Aportan para el crecimiento saludable de los niños y protegen contra algunas enfermedades. • Brócoli • Lechuga • Perejil • Apio • Espinaca • Acelga • Cebollas • Rebano • Coliflor • col • Remolacha • Zapallo • entre otros	Es importante que los consuma de preferencia las madres gestantes y que dan de lactar, niños y jóvenes en proceso de crecimiento. • Arveja • Frejol • Vainita • Garbanzo • Habas • Lentejas • choclo • Huevos • Lácteos • carnes	Las personas que necesitan para las actividades físicas y trabajos que requieren de gran esfuerzo. • Camote • Papas • Yuca • Zanahoria Blanca • Papa china • Maíz • Azúcar • Panela • Miel • aceite • grasa

Elaborado por Margarita Panamá

UNIDAD II

6.6.11.- Mi recetario nutritivo consejos previos

Antes de preparar los alimentos se debe tomar en cuenta los siguientes consejos.

- Lavarse las manos con agua y jabón antes de comer.
- Preparar los alimentos
- Luego de usar el servicio higiénico.
- Lavar las frutas las verduras hoja por hoja con agua potable y corriente.
- Se recomienda utilizar las hojas de remolacha, rábano, bledo, diente de león, y lengua de vaca.



a) Ensalada cruda de hojas verde (acelga)



Ayuda a reforzar las defensas del organismo, contiene carotenos antioxidantes y vitamina A, contiene muchos nutrientes y calcio.

Ingredientes:

1 porción de hojas de acelga

1 zanahoria amarilla rallada

1 cucharada de aceite de oliva

Jugo de un limón

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Lavar muy bien las hojas, puede quitarle el tallo o no y escurrir el agua sin aplastarla.

Picarlos solo la acelga y colocarlos en un recipiente de hierro o vidrio.

Rociarlo con el aceite, el jugo de limón y la sal pimienta y revolver, 5 minutos antes de servir.

Propiedades. Contiene hierro y ayuda a recuperar a personas que tienen anemia.

a) Ensalada de col



La col es una verdura que contiene excelentes propiedades, vitaminas, minerales, incluso curativas.

Ingredientes

4 Hojas de col (repollo) verde
2 huevo duro pelado
2 zanahorias amarillas ralladas
Jugo de dos limones
1 cuchara de aceite
Sal y pimienta l gusto.

Preparación

Lavar y picar las hojas de col finamente pasarlas por agua hirviendo, escurrirlas y dejarlas enfriar. Agregar la zanahoria amarilla, el aceite, el jugo de limón, la sal, y la pimienta; mezclándolo completamente. Finalmente rallar dos huevos duros y volver a mezcla.

Propiedades. Calma las inflamaciones, dolores musculares y abscesos.

b) Ensalada de rábano con pollo



El rábano contiene niveles significativos de calcio, hierro, fósforo, cobre y potasio. Estos minerales pueden hacer muchas cosas por el cuerpo, fortalece los huesos, protege el corazón, regula la presión arterial, mejora el sistema digestivo y el sistema inmunológico, mejora la función renal.

Ingredientes

- 8 rábanos
- 1 pechuga de pollo
- 2 zanahorias amarillas ralladas
- 2 cucharas de limón
- ¼ de taza de cilantro picado
- 1 aguacate maduro aplastado
- 1 cuchara de aceite
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

Lave bien los rábanos y corte en forma de rueda coloque en un recipiente, agregue la zanahoria amarilla rallada, el limón, el aceite, sal y pimienta al gusto revuélvalo bien y agréguele el cilantro.

Una vez sazonada la pechuga del pollo en trozos ponga en un sartén a freír a fuego mediano, por 4 a 5 minutos para que se cocine, volteándolo a los 2 minutos. Sirva en un plato acompañado de la ensalada y guacamole.

Propiedades. Las hojas de rábano son una fuente excelente de vitamina C y calcio.

ch) Ensalada de remolacha con lechuga



Es un vegetal con muchas propiedades, rico en vitaminas, hierro lo que hace muy interesante para su consumo, porque

Ingredientes:

- 1 remolachas cocidas
- 3 zanahorias cocidas
- 1 lechuga
- 1 cuchara de aceite
- 1 cuchara de limón
- Papas cocinadas
- 2 cucharas de mantequilla.

Preparación

Una vez cocidas las remolachas y la zanahoria cortamos en trocitos, colocamos juntos en un recipiente, vertimos la mayonesa y lo revolvemos bien. Bien lavadas las hojas de lechuga pasamos por un recipiente de agua con sal, para colocarlos en un plato y encima la ensalada de remolacha con zanahoria y decoramos con unas papas cocinadas en trozos.

Propiedades. Ayuda a recuperar la hemoglobina, es necesario cuando presencia de la anemia, leucemia

c) Tallos de acelga con salsa blanca



La acelga cruda contiene vitaminas C, sales minerales y fibra.

Ingredientes

10 o más tallos de acelga (parte blanca)
2 cebollas largas picadas fino, incluida la parte verde
1 diente de ajo machacado
1 taza de leche
2 cucharas de maicena
1 cuchara de margarina
Sal y pimienta al gusto.

Preparación

A los tallos blancos de la acelga se le quita, en lo posible, la membrana transparente que los cubre, se los hierve en agua hasta sancocharlos. En un sartén caliente se le pone la margarina hasta derretirla y se añade la cebolla y el ajo para freírlo. Aparte se mezcla la leche con la maicena, la sal y pimienta, agregándola luego al refrito que está en el fuego, se bate constantemente y suavemente hasta que la salsa este lista y consistente para cubrir los tallos, se podría desmenuzar pollo en la salsa, servir acompañado con papas pequeñas.

Propiedades. Es digestiva, emoliente, diurética, nutritiva y refrescante. La decocción de sus hojas sirve para las inflamaciones de la vejiga y estreñimiento.

d) Torta de la hoja de la remolacha.



La remolacha ofrece proteína, vitaminas y minerales, así también otros nutrientes como fibra, calorías

Ingredientes

1 taza de hojas fresca de remolacha sin tallo

4 huevos

Sal, pimienta al gusto

Aceite o manteca para freír

Preparación

Lavar las hojas de remolacha, colocar las hojas en un litro de agua y dejar hervir solo hasta sancochar, escurrir bien y picarlas fino. En un tazón colocar los 4 huevos, batir a mano bien añadiendo sal y pimienta al gusto juntar con las hojas de remolacha picadas.

Poner el aceite o margarina y cuando esté caliente distribuirla por todo el sartén y retirar los excesos. Echar la mezcla preparada en el sartén, en llama baja.

Dar vuelta la tortilla, si es necesario y cuando esté listo retirar del fuego. Se puede servir con arroz o con papas

Propiedades. Intervienen en la producción de glóbulos rojos y blancos, así como la formación de anticuerpos en el sistema inmunológico.

e) Torta de espinaca



La espinaca ha sido usada como aliado para la salud contra afecciones, por su alto contenido de hierro, minerales, vitaminas y otros nutrientes, facilita la digestión, mejora nuestro sistema inmunitario, a los huesos.

Ingredientes

1 taza de hojas fresca de espinaca

4 huevos

Sal, pimienta al gusto

Aceite o manteca para freír

Preparación

Lavar las hojas de espinaca, colocar las hojas en un litro de agua y dejar hervir solo hasta sancochar, escurrir bien y picarlas fino. En un tazón colocar los 4 huevos, batir a mano bien añadiendo sal y pimienta al gusto ajuntar con las hojas de espinaca picadas.

Poner el aceite o margarina y cuando esté caliente distribuirla por todo el sartén y retirar los excesos. Echar la mezcla preparada en el sartén, en llama baja. Dar vuelta la tortilla, si es necesario y cuando esté listo retirar del fuego. Se puede servir con arroz o con papas.

Propiedades. Ayudan a prevenir y combatir al cáncer.

f) Torta de acelga y tomate



Es una hortaliza rica en hierro y vitaminas A y C, tiene un alto contenido de potasio que favorece el equilibrio hídrico del organismo.

Ingredientes

1 taza de hojas fresca acelga con o sin tallo

1 tomate riñón

4 huevos

Sal, pimienta al gusto

Aceite o manteca para freír

Preparación

Lavar las hojas de acelga picar los tallos blancos bien cortos, colocar las hojas en un litro de agua y dejar hervir solo hasta sancochar, escurrir bien y picarlas fino. En un tazón colocar los 4 huevos, batir a mano bien añadiendo sal y pimienta al gusto juntar con las hojas de acelga picadas juntar con el tomate picado.

Poner el aceite o margarina y cuando esté caliente distribuirla por todo el sartén y retirar los excesos. Echar la mezcla preparada en el sartén, en llama baja. Dar vuelta la tortilla, si es necesario y cuando esté listo retirar del fuego. Se puede servir con arroz o con papas.

Propiedades. La vitamina A es beneficiosa para la vista contribuye a combatir las infecciones bacterianas.(conjuntivitis), mejora el estado de la piel, el cabello y las mucosa.

g) Locros de papas (base)



La papa es considerada como un alimento básico y económico, que aporta micro nutrimentos como hierro, calcio, fósforo y vitamina C. son fuente natural de ácido fólico.

Ingredientes:

- 10 a 12 papas grandes (chola)
- 1 cebolla larga con tallo verde picado fino
- 1 diente de ajos o una rama de apio
- 1 zanahoria amarilla rallada
- Aceite con achiote
- ½ taza de leche
- Hojas verdes (berro, acelga, espinaca)
- 1 porción de queso desmenuzado
- Sal al gusto
- 1 porción de hojas verdes, puede ser de berro, espinaca, acelga.
- 1 taza de chochos



Preparación:

Se hace un refrito con un poco de agua, aceite, cebolla, ajo y la zanahoria. Cuando se transparente añada dos litros de agua y sal; al hervir ponga las papas peladas y troceadas hasta que una se deshagan o puedan aplastarlas y añadir la leche.

Para varear este locro base puede agregarle cada vez diferentes hojas 5 minutos antes de retirar la olla del fuego picadas si son grandes o enteras si son pequeñas. Al final añadir queso.

Otra variación es con chochos licuados en leche. Y en otra preparación se puede poner la clara de huevo y se revuelve mientras hierve.

Al retirar del fuego se pone la yema batida con leche hervida fría.

Las propiedades. Nutritivas de la papa se encuentra en la cascara beneficia a nuestro cuerpo con cantidades de almidón y fibra, facilita a la digestión y evita los problemas de colesterol.

y) Locro de zapallo



Es una calabaza de color anaranjado que contiene las vitaminas A, B y C.

Ingredientes:

1 Taja grande de zapallo tierno
4 Papas cholas
1 zanahoria amarilla
1 rama de apio
1 taza de habas peladas
1 porción de cilantro picado
Sal y pimienta al gusto

Preparación:

Pelar el zapallo, quitar la parte fibrosa que contienen las pepas y picarlos en cuadritos delgados. Cocinarlos en una olla con agua hasta que lo cubra y lo rebasé un poco, con el apio, la zanahoria rallada y las papas enteras y con cascaras, bien lavadas. Tapar la olla y dejar hervir hasta que todo esté muy suave.

Vigilar y retirar las papas cuando estén cocidas y enteras, pelarlas y trocearlas. Aplastar el zapallo, añadir las habas tiernas y cuando estén suaves poner las papas, sal y cilantro finamente picado.

Servir caliente

Propiedades. Es antioxidante lo cual cumple naturalmente la función de combatir los químicos del aire que produce el deterioro y el envejecimiento de la piel.

h) Sambo de leche



En un producto que contiene calcio, hierro, vitamina C. proteínas y carece de grasa totalmente.

Ingredientes:

Zambo maduro. 1 unidad mediana

Panela. 1 unidad

Leche. 2 litros

Canela. 3 rajas

Preparación

Se debe lavar el sambo con agua, pelar y quitarle la parte fibrosa que contiene las pepas y cortarles en cuadritos. Cocinarlo en una olla con agua, hasta que lo cubra, tapar la olla y dejar hervir hasta que todo esté muy suave. Agréguele leche, adicionar canela y panela al gusto.

Propiedades. Ayuda al fortalecimiento de los huesos a la formación de los dientes sobre todo en los niños y mujeres embarazadas, al metabolismo para la formación de la hemoglobina que lleva oxígeno a la sangre.

6.7.- CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	JULIO				AGO			SEP				OCT		NOV				DIC			ENR			FEB			MAR				ABR			MAY	
SEMANAS	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3	4	1	2	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4	1	2	3	1	2
Selección del tema	X	X																																	
Definición del tema			X	X																															
Planteamiento del problema					X	X																													
Formulación							X	X																											
Redacción de los Objetivos									X																										
Justificación										X																									
Importancia											X																								
Antecedentes											X																								
Reseña Histórica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X																								
Marco Referencial																																			
Marco Legal																																			
Marco Conceptual	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X																								
Tipos de investigación												X																							
Métodos de Investigación													X																						
Técnicas de recolección de información													X	X																					
Presupuesto														X																					
Cronograma															X																				
Bibliografía															X																				
Introducción																X																			
Índice																												X	X						
Desarrollo de la Propuesta												X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
Observación												X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
Encuesta/ Entrevista																X	X																		
Recomendaciones y conclusiones																	X	X																	
Planificación de la Guía																		X	X																
Desarrollo de la Guía																				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			
Evaluación de la Guía																					X	X													
Impacto Social																						X													
Impacto Cultural																							X												
Impacto Académico																								X											
Impacto Pedagógico																									X										
Cronograma																										X									
Presupuesto																											X								
Factibilidad																												X							
Bibliografía																														X					
Negrafía																														X					
Anexos																														X					
Aprobación del Tutor																															X				
Aceptación del Lector																																X			
Empastado																																	X		
Preparación de Diapositivas																																		X	
Sustentación de proyecto																																			X

6.8.- ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

PRESUPUESTO:

6.8.1.-Recursos humanos: Las personas que contribuyeron a que se haga realidad este proyectos son: los padres de familia del Centro de Educación Inicial “CUMANA” Docentes de la Institución, como también el apoyo, Ing. Técnico profesional del área del Ministerio de Agricultura y Ganadería de la zona, me es grato mencionar, a la FONAP (Federación de Organización para la Niñez y Adolescencia de Pichincha) por su aporte personal con un y aporte económico con las semillas, para hacer realidad la creación del Huerto Orgánico, conjuntamente con el Programa de Formación Familiar del mismo modo detallare de los recursos materiales.

6.8.2.- Recursos Materiales

Cuadro N° 11

MAQUINARIA Y EQUIPO			
ITEM	DETALLE	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Computadora	1 LG	580	580.00
Impresora	1 Canon	95	95.00
Cámara	Samsun	200	200.00
Filmadora	Sony	270	270.00
SUMINISTROS MATERIALES			
Hojas	5 resmas de papel bon	4.80	22.50
Recarga de tóner	2 recargas de cartucho	7.00	14.00
Internet	30 horas	1.00	30.00
Flash memori	1 markinson	15.00	15.00
Grapadora	1 EALGLE N°206	7.00	7.00
Perforadora	1 mediana	4.00	4.00
CD	1 regrabable CD-RW	1.00	1.00
Cuaderno	Universitario	1.75	1.75
Grapas	1 caja	1.00	1.00
Carpetas	3 carpetas	0.40	1.20
Rastrillo	1 rastrillo bellota	3.80	3.80
Azadón	1 pequeña bellota	7.00	7.00
	1 grande bellota	11.00	11.00
Piola	1 cono plástica	1.80	1.80
TOTAL PARCIAL			1266.05
10% Imprevistos			130.00
TOTAL			1396.05

Los rubros detallados en el cuadro superior serán costeados por la autora del presente proyecto.

6.9.- IMPACTO DEL PROYECTO

Impacto Social:

El desarrollo de este proyecto permitirá definir de manera clara y precisa las causas y efectos de la desnutrición en los niños y niñas que se evidencia su efecto en edad Pre-escolar, brindando también a los padres de familia y a la comunidad los medios útiles para trabajar y reducir la incidencia.

Impacto Académico

La realidad de esta guía tiene como fin brindar los medios necesarios tanto para padres de familia como para el personal educativo a cargo de los niños y niñas que presentan desnutrición en el establecimiento, dotando de información óptima y saludable para solucionar las posibles dificultades que pueden afectar en el desarrollo intelectual de los niños y niñas como también en su crecimiento físico.

Impacto Cultural

El desarrollo de este proyecto tiene un impacto en el ámbito cultural en rescatar las tradiciones y costumbres en la propuesta al utilizar material orgánico para la producción de ciertas hortalizas, como también al realizar el recetario que educa a consumir productos naturales y de temporada, logrando con ello una alimentación variada y prevenir la desnutrición de los niños y niñas en temprana edad.

BIBLIOGRAFÍA:

- ❖ **UNICEP. Frente. LIBRO DE LA FAMILIA, PARA LA VIDA.**
Quito Ecuador.
- ❖ **INFA. NUTRICIÓN Y SALUD. Para niños y niñas menores de**
5 años.
- ❖ **SOPORTE NUTRICIONAL ESPECIAL. Autor. Mora Rafael.**
J.F.
- ❖ **DENUTRICIÓN APRENDIZAJE ESCOLAR. ESTADISTICA**
EDUCATIVA.
- ❖ **PROGRAMA MUNDIAL DE ALIMENTOS PMA.**
- ❖ **Desnutrición infantil problema del estado**
- ❖ **PROTECCIÓN INTRGRAL, LA FAMILIA Y DESASRROLLO**
INFANTIL: TAREAS DE TODOS Y TODOS. MIES INFA.
- ❖ **PAZ, Octavio, Modulo de Investigación cuarto Nivel, Editorial Octavio**
Paz, Quito- Ecuador, página: 12.

NET GRAFÍA (INTERNET)

- ❖ **Es.wikipedia.orgwikidesnutrición_infantil.**
- ❖ **PAZ, Octavio, Modulo de Investigación cuarto Nivel, Editorial Octavio Paz, Quito- Ecuador, página: 12.**
- ❖ **www.unicef.es./actualidad.doucmentación/publicación la desnutrición_infantil.**
- ❖ **página:www.hoy.com.ec/noticias_ecuador/erradicación-desnutrición-infantil-con-mayor-fuerza-303-partroquias.**
- ❖ **www.noticiasquito.gob.ec/noticias/news_user_wien/desnutricion_infantil. Año/2011 / Programa Aliméntate Quito.**
- ❖ **www. el universo.com/2009.Director del PMA Helmut Rauch, comenta:**
- ❖ **Cielo-desnutricioninfantil,blogstop.com/2010/6/tipos-de-desnutrición-infantil.html.**
- ❖ **www.5aldia.org/_5aldia/apartados/aprtados.asp?te=203.**
- ❖ **http:www.christianchildren´sfund.org.**
- ❖ **www.unicef.org/lac/Gran.Esacala_UNICEF.**
- ❖ **www.psicoactiva.com**
- ❖ **www.entrecodigos.com/2008/11**
- ❖ **Www.abcdelbebe.com/la-malnutricion-afecta-el-desarrollo-del-cerebro-en-los-niños**
- ❖ **www.sanjosedeminas.com**
- ❖ **maps.google.com.es**

ANEXOS:

