



Pregrado

TECNOLOGÍA SUPERIOR EN:

TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA

**ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA
PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA
ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 – 3 AÑOS
DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “KUSHI
WAWA” EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024**

ASIGNATURA

DISEÑO Y EVALUACION DE PROYECTOS

NIVEL

CUARTO

AUTOR/ES

SANABRIA GUAMINGO MERLI VANESSA
BASURTO FARIAS NATHALY SILVANA

TUTOR METODOLOGICO

LIC. SANCHEZ VALLADOLID CRISTHIAN
ANDRES

TUTOR ACADEMICO

LIC. JOSSELIN VANESSA MONTENEGRO FUEL

FECHA

QUITO - ABRIL 2024

AUTORES:

ESTUDIANTE	ESTUDIANTE
 SANABRIA GUAMINGO MERLI VANESSA. TÍTULO A OBTENER: TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA MATRIZ: SANGOLQUI – ECUADOR CORREO ELECTRONICO: merli.sanabria@ister.edu.ec	 BASURTO FARIAS NATHALY SILVANA. TÍTULO A OBTENER: TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA MATRIZ: SANGOLQUI – ECUADOR CORREO ELECTRONICO: nathaly.basurto@ister.edu.ec

DIRIGIDO POR:



SANCHEZ VALLADOLID CRISTHIAN ANDRES

TITULO:

- LICENCIADO EN ENFERMERIA.
- MAESTRANTE DE CUIDADOS DE ENFERMERIA EN EMERGENCIAS Y URGENCIAS.

MATRIZ:

SANGOLQUI – ECUADOR.

COREO ELECTRONICO:

cristhian.sanchez@ister.edu.ec

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra para fines comerciales, sin contar con autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual. Se permite la libre difusión de este texto con fines académicos investigativos por cualquier medio, con la debida notificación a los autores.

©2024 Tecnológico Universitario Rumiñahui
SANGOLQUÍ – ECUADOR
(SANABRIA GUAMINGO MERLI
VANESSA)
(BASURTO FARIAS NATHALY
SILVANA)

**(ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA
ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 – 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL
“KUSHI WAWA” EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024)**

CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
CT-ANX-2024-ISTER-6-6.1

Sangolquí, 25 de septiembre de 2024

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO

Presente

Por medio de la presente, yo, **MERLI VANESSA SANABRIA GUAMINGO** declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor del trabajo de titulación denominado **ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 – 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “KUSHI WAWA” EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024**, de la Tecnicatura Superior en Enfermería; y a su vez manifiesto mi voluntad de ceder al Instituto Superior Tecnológico Rumiñahui con condición de Universitario, los derechos de reproducción, distribución y publicación de dicho trabajo de titulación, en cualquier formato y medio, con fines académicos y de investigación.

Esta cesión se otorga de manera no exclusiva y por un periodo indeterminado. Sin embargo, conservo los derechos morales sobre mi obra.

En fe de lo cual, firmo la presente.



Atentamente,
MERLI VANESSA SANABRIA GUAMINGO
C.I.: 1727894774

CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
CT-ANX-2024-ISTER-6-6.1

Sangolquí, 25 de septiembre de 2024

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO

Presente

Por medio de la presente, yo, NATHALY SILVANA BASURTO FARIAS declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor del trabajo de titulación denominado ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 – 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “KUSHI WAWA” EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024, de la Tecnicatura Superior EN ENFERMERIA; y a su vez manifiesto mi voluntad de ceder al Instituto Superior Tecnológico Rumiñahui con condición de Universitario, los derechos de reproducción, distribución y publicación de dicho trabajo de titulación, en cualquier formato y medio, con fines académicos y de investigación.

Esta cesión se otorga de manera no exclusiva y por un periodo indeterminado. Sin embargo, conservo los derechos morales sobre mi obra.

En fe de lo cual, firmo la presente.



Atentamente,
NATHALY SILVANA BASURTO FARIAS
C.I.: 1752108686

FORMULARIO PARA ENTREGA DE PROYECTOS EN BIBLIOTECA INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE UNIVERSITARIO

CT-ANX-2024-ISTER-1

CARRERA:

TECNICO SUPERIOR EN ENFERMERIA.

AUTOR /ES:

MERLI VANESSA SANABRIA GUAMINGO.

NATHALY SILVANA BASURTO FARIAS

TUTOR:

LIC. JOSSELIN VANESSA MONTENEGRO FUEL

CONTACTO ESTUDIANTE:

0962674501

0999042035

CORREO ELECTRÓNICO:

{ HYPERLINK "mailto:merlisanabria18@gmail.com" }

nathaly.basurto@ister.edu.ec

TEMA:

ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PARVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 – 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “KUSHI WAWA” EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO DEL 2024.

OPCIÓN DE TITULACIÓN:

UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.

RESUMEN EN ESPAÑOL:

Entre mayo y julio de 2024, se llevó a cabo un proyecto en el Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa” con el objetivo de promover la buena alimentación en niños de 1 a 3 años a través de estrategias preventivas. El proyecto surgió debido a la creciente preocupación sobre la nutrición infantil, evidenciada por la falta de hábitos alimenticios adecuados en el centro y las deficiencias nutricionales observadas en estudios previos. El objetivo general fue capacitar a los educadores del centro en prácticas de alimentación saludable mediante charlas educativas, materiales informativos y actividades recreativas. La metodología incluyó la realización de una pre-encuesta para evaluar las prácticas alimenticias actuales, la implementación de talleres sobre nutrición balanceada, y la evaluación del conocimiento adquirido mediante encuestas post-intervención. Los resultados destacaron una mejora significativa en el conocimiento de los educadores sobre nutrición y una mayor adopción de prácticas alimenticias saludables en el centro. El proyecto demostró la importancia de la educación continua en nutrición para mejorar la salud y el desarrollo de los niños, contribuyendo así a un entorno más saludable y educativo.

PALABRAS CLAVE:

Nutrición infantil, estrategias preventivas, educación alimentaria, desarrollo infantil, Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa”.

ABSTRACT:

Between May and July 2024, a project was conducted at the “Kushi Wawa” Child Development Center with the aim of promoting good nutrition for children aged 1 to 3 years through preventive strategies. The project was prompted by growing concerns about child nutrition, highlighted by inadequate dietary habits at the center and observed nutritional deficiencies in previous studies. The general objective was to train center educators in healthy eating practices through educational talks, informational materials, and recreational activities. The methodology included conducting a pre-survey to assess current dietary practices, implementing nutrition workshops, and evaluating the acquired knowledge through post-intervention surveys. Results highlighted a significant improvement in educators' nutritional knowledge and a greater adoption of healthy eating practices at the center. The project underscored the importance of ongoing nutrition education to enhance children's health and development, contributing to a healthier and more educational environment.

PALABRAS CLAVE:

Child nutrition, preventive strategies, dietary education, child development, “Kushi Wawa” Child Development Center.

SOLICITUD DE PUBLICACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-2
Sangolquí, 25 de septiembre del 2024

Sres.-

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**

Presente

A través del presente me permito aceptar la publicación del trabajo de titulación de la Unidad de Integración Curricular en el repositorio digital “DsPace” del estudiante: MERLI VANESSA SANABRIA GUAMINGO, con C.I.: 1727894774 alumno de la Carrera TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA.

Atentamente,



Firma del Estudiante
C.I.: 1727894774

SÓLO PARA USO DEL ISTER

Han sido revisadas las similitudes del trabajo en el software “TUNITING” y cuenta con un porcentaje de 15% ; motivo por el cual, el Proyecto Técnico de Titulación es publicable. (EL PORCENTAJE DE SIMILITUD DEBE SER MÁXIMO DE 15%)

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Fecha del Informe ____ / ____ / ____

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

 **www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec**

SOLICITUD DE PUBLICACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-2

Sangolquí, 25 de septiembre del 2024

Sres.-

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**

Presente

A través del presente me permito aceptar la publicación del trabajo de titulación de la Unidad de Integración Curricular en el repositorio digital “DsPace” del estudiante: NATHALY SILVANA BASURTO FARIAS, con C.I.: 1752108686 alumno de la Carrera TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA.

Atentamente,



Firma del Estudiante

C.I.: 1752108686

SÓLO PARA USO DEL ISTER

Han sido revisadas las similitudes del trabajo en el software “TUNITING” y cuenta con un porcentaje de ; motivo por el cual, el Proyecto Técnico de Titulación es publicable. (EL PORCENTAJE DE SIMILITUD DEBE SER MÁXIMO DE 15%)

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Fecha del Informe ____/____/____

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec

DEDICATORIA

El proyecto realizado durante este tiempo con esfuerzo, tiempo y perseverancia nos honrar dedicar a nuestra familia Sanabria, Vera y Farias porque gracias a ellos somos estudiantes que queremos salir adelante profesionalmente, dedicado a ellos porque con su paciencia, esfuerzo, amor, ayuda tanto moral como económico nos ayudado para cumplir de entre estos y muchas más metas que lograremos día a día. Agradecemos también profundamente a nuestros hijos porque sin saber nuestros niños nos han dado un valor impresionante para luchar y salir victoriosas de esta meta que nos trazamos.

Nuestros padres fueron el impulso más principal dentro el periodo de, dos años de estudio y perseverancia por tal razón nos hace importante dedicar nuestro proyecto. También dedicamos nuestro trabajo a todos los docentes que nos ayudado a llegar a este punto de nuestra carrera, fueron personas quienes nos guiaron e instruyeron aportándonos con su conocimiento y experiencia aportando así el mejor aprendizaje de los mejores docentes que hemos podido conocer.

AGRADECIMIENTO

Durante esta trayectoria cruzamos por muchas situaciones y personas que nos han impulsado en este camino en el ámbito de la salud por lo cual es importante agradecer primeramente a Dios nuestro señor por darnos salud, vida y ganas de salir delante de manera honrada con esfuerzo y dedicación. También nuestro agradecimiento es para con nuestros padres, hermanos y familiares más cercanos que nunca ha faltado de ellos su apoyo ya que nunca faltó una palabra para que nosotras podamos cumplir este anhelo profesional y nuestros padres que se han esforzado día a día para darnos la instrumentación necesaria ya que al igual para nosotros, también para ellos es un sueño vernos cumplir estas metas establecidas ya que nuestros logros también son de ellos.

Al mismo tiempo queremos agradecer a nuestros instructores de proyecto de grado a nuestro Lcdo. Cristhian Sánchez, Lcda. Vanessa Motenegro y Lcda. Paola Vera por su enseñanza para este trabajo.

Su orientación, persistencia, paciencia y su manera de trabajar con nosotras nos ha motivado para realizar este trabajo que se ha basado principalmente en crear un cambio y que por ellos nos han inculcado responsabilidad académica para complementar este trabajo.

Finalmente agradecemos a nuestras amistades, compañeros de carreras, docentes de prácticas que nos han ayudado a crear de nosotras excelentes profesionales para el cuidado de una vida.

INDICE

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.....	4
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO	6
INDICE.....	7
RESUMEN	9
ABSTRAC.....	10
KEYWORDS:	10
INTRODUCCION.....	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
PROBLEMA CIENTIFICO	14
PREGUNTAS CIENTIFICAS O DIRECTRICES.....	15
OBJETIVO GENERAL	16
OBJETIVOS ESPECIFICOS	16
JUSTIFICACIÓN.....	17
CAPITULO 1. MARCO TEORICO	19
1.1 ANTECEDNETES.	19
1.2 TEORIZANTE Y LA CORELACION AL TEMA DE DICHO PROYECTO.....	20
1.2 MARCO TEORICO.....	22
1.3.1 LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN	23
1.3.2 LA DESNUTRICIÓN	25
1.3.3 COMO INFLUYE LA ALIMENTACIÓN EN EL CRECIMIENTO Y EL DESARROLLO	26
1.3.4 1000 DIAS DE ORO: DIAS QUE MARCARAN LA VIDA DEL BEBÉ.....	27
1.3.5 IMPORTANCIA DENTRO DE ESTOS PRIMEROS 1000 DIAS.	28
1.3.6 SISTEMA NOVA	28
1.3.7 IDENTIFICACIÓN DE ALIMENTOS ESPECIALMENTE PROCESADOS.....	29
1.3.8 ACTIVIDAD FÍSICA.	30
1.4 GLOSARIO.....	31
1.5 CONTEXTUALIZACION.	34
CAPITULO 2. METODOLOGIA.....	36
2.1 TIPO DE INVESIGACION.....	36
2.1.1. INVESTIGACION CUANTITATIVA.....	36
2.1.2. INVESTIGACION CUALITATIVA.....	36
2.1.3. INVESTIGACION MIXTA.....	36

2.2 TIPO DE ESTUDIO DE LA INVESTIGACION.	37
2.3 POBLACIÓN, UNIDADES DE ESTUDIO Y MUESTRA.....	37
2.3.1 POBLACION:.....	37
2.3.2 MUESTRA:.....	37
2.4. INDICADORES O CATEGORIAS A MEDIR	38
2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.....	38
2.6 PROCEDIMIENTO DE INVESTIGACION.	39
24/07/2024	39
PRIMERO CHARLA REALIZAMOS LA SIGUIENTE ACTIVIDAD:	39
2.7. ANALISIS DE DATOS.....	40
2.8. CONSIDERACIONES ETICAS.	45
3.1 FUNDAMENTO DE PROPUETA.....	47
3.2 PRESENTACION DE LA PROPUESTA.	48
PRIMERA CHARLA:.....	48
3.2.2. SEGUNDA CHARLA:	48
3.3.3. TERCERA CHARLA:	48
3.3. EJECUCION DE LA PROPUESTA.	50
CONCLUSIONES.....	55
RECOMENDACIONES	57
BIBLIOGRAFIAS.....	59
ANEXOS	64

RESUMEN

Entre mayo y julio de 2024, se llevó a cabo un proyecto en el Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa” con el objetivo de promover la buena alimentación en niños de 1 a 3 años a través de estrategias preventivas. El proyecto surgió debido a la creciente preocupación sobre la nutrición infantil, evidenciada por la falta de hábitos alimenticios adecuados en el centro y las deficiencias nutricionales observadas en estudios previos. El objetivo general fue capacitar a los educadores del centro en prácticas de alimentación saludable mediante charlas educativas, materiales informativos y actividades recreativas. La metodología incluyó la realización de una pre-encuesta para evaluar las prácticas alimenticias actuales, la implementación de talleres sobre nutrición balanceada, y la evaluación del conocimiento adquirido mediante encuestas post-intervención. Los resultados destacaron una mejora significativa en el conocimiento de los educadores sobre nutrición y una mayor adopción de prácticas alimenticias saludables en el centro. El proyecto demostró la importancia de la educación continua en nutrición para mejorar la salud y el desarrollo de los niños, contribuyendo así a un entorno más saludable y educativo.

PALABRAS CLAVE: Nutrición infantil, estrategias preventivas, educación alimentaria, desarrollo infantil, Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa”.

ABSTRAC

Between May and July 2024, a project was conducted at the “Kushi Wawa” Child Development Center with the aim of promoting good nutrition for children aged 1 to 3 years through preventive strategies. The project was prompted by growing concerns about child nutrition, highlighted by inadequate dietary habits at the center and observed nutritional deficiencies in previous studies. The general objective was to train center educators in healthy eating practices through educational talks, informational materials, and recreational activities. The methodology included conducting a pre-survey to assess current dietary practices, implementing nutrition workshops, and evaluating the acquired knowledge through post-intervention surveys. Results highlighted a significant improvement in educators' nutritional knowledge and a greater adoption of healthy eating practices at the center. The project underscored the importance of ongoing nutrition education to enhance children's health and development, contributing to a healthier and more educational environment.

KEYWORDS: Child nutrition, preventive strategies, dietary education, child development, “Kushi Wawa” Child Development Center.

INTRODUCCION

Como parte importante del crecimiento de los niños del país y a nivel del mundo, debemos priorizar buena alimentación por lo que es indispensable brindar productos que aporten vitaminas y minerales para un crecimiento aprovechable y ayudándolos alimentarse desde pequeños crearemos buenos hábitos de nutrición en ellos.

A los niños menores de tres años se les hace complicado consumir algunos productos ya sea porque les parezca ácido, mal sabor, insípido, etc, para lo que a nosotros los padres se nos hacen complicado al momento de servir el plato, pero es importante implementar productos ricos en nutrientes para su desempeño durante sus actividades diarias.

En Ecuador, tenemos varios centros de desarrollo infantil aproximadamente 1990 a cargo del Ministerio de inclusión económica y social acogiendo a niños menores de hasta 36 meses de edad según el MIES en una entrevista realizada con reporteros de “ECUAVISA” (02 SEPTIEMBRE 2023) para lo que los docentes deben estar capacitados para enseñar, crear juegos para el aprendizaje pero también es indispensable brindar una buena alimentación para que su aprendizaje sea fundamentado en la experiencia adquirida por lo enseñado pero también, al nosotros brindar un plato equilibrado en nutrientes no solo ayuda a su aprendizaje sino que también contribuye al sistema inmunológico, mantiene un mejor semblante, previene enfermedades crónicas y/o hereditarias, ayuda al buen ánimo y principalmente atribuye a mantenerse con energía todo el día; por tal razón en el plato debemos proporcionar como parte importante una buena proteína, acompañado de un carbohidrato ayudándonos de grasas saludables que nos aportan vitaminas y energía al igual que es vital tomar agua todo el día ya que los niños juegan y se mantiene ocupados en actividades por lo que es importante mantenerse hidratado.

Para lo cual este proyecto basado principalmente en la buena alimentación en niños de 1 a 3 años de edad se basará en atribuir buenos hábitos en la alimentación y como primer paso

realizaremos una investigación pertinente para conocer sobre factores que influyan en el país sobre la alimentación en las guarderías, como ya tenemos una guardería predispuesta que es de gran ayuda para realizar nuestro proyecto aportaremos con bases importantes por medio de una charla en la que se hablará de la importancia de una buena alimentación principalmente para las edades mencionadas.

En la charla se priorizará pautas importantes como, que es una buena alimentación en los niños, que debe llevar un plato adecuado a la edad de los niños con sus porciones adecuadas, trucos para no repetir el mismo producto dentro de la semana y para aminorar esta charla llevaremos a cabo, actividades recreativas y/o lúdicas esto lo haremos una vez ya dada la charla; las educadoras (palvularias) armaran el plato saludable con sus porciones, reventaran globitos que tienen papelitos con preguntas que deben ser contestadas con sus propias palabras y para terminar con la charla y las actividades entregaremos unos folletos a cada educadora explicándole lo que contiene y otorgaremos un certificado emitido por el “Tecnológico Universitario Rumiñahui” al mérito de a ver participado en esta charla.

Todas estas actividades se realizarán con el fin de concientizar sobre la importancia de la alimentación en niños menores de tres años ya que es la etapa del pleno desarrollo y de aprendizaje por lo que es un buen aporte el priorizar alimentos ricos en vitaminas, hierro, fibra, minerales etc, ya que de esta manera también evitamos el riesgo de enfermarse muy seguido por enfermedades comunes como anemia, gripa entre otras pero también ayudamos a evitar el sobrepeso o la desnutrición por tal razón el objetivo es contribuir e incentivar que a los niños debemos de cuidar en su alimentación para su desarrollo tanto físico como intelectual evitando así, en el futuro consecuencias irreparables.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Globalmente, la disponibilidad de alimentos está influenciada por factores socioeconómicos y culturales, lo que dificulta proporcionar una nutrición adecuada a los niños debido a limitaciones financieras, lo que resulta en la aparición de enfermedades que afectan gravemente a los niños con altas tasas de morbilidad y mortalidad.

De acuerdo con la autora, Erika Medina (abril 2023), Afirma que el 84.9% de los padres, madres y cuidadores de niños menores de 2 años tienen un conocimiento medio y alto sobre alimentación complementaria. Además, el 90.9% de los niños estudiados tienen un Índice de Masa Corporal (IMC) normal, el 72.7% tienen una talla normal para su edad, y el 84.8% tienen un peso adecuado para su edad.

Según Asencio y Muñoz (2012), Dijeron que los datos estadísticos de las encuestas realizadas a madres y cuidadores de guarderías muestran que el 81% de los preescolares encuestados llevan una alimentación balanceada, mientras que el 7% consume principalmente carbohidratos y ningún niño consume comida chatarra. Además, el 12% manifestó desconocimiento sobre su alimentación.

Según Llumiquinga (2013) mostro que, la evaluación antropométrica de 223 niños de 9 a 59 meses en un centro de desarrollo infantil reveló que el 71% presentaba desnutrición por bajo peso, el 17% por talla baja, y el 12% estaba bien nutrido.

Según Meléndez (2006), la evaluación antropométrica inicial de niños en guarderías mostró que el 10% tenía malnutrición según el indicador peso para la talla. Además, un 9.5% de los niños en guarderías presentaban desnutrición, lo que se considera alto dado el contexto de alimentación proporcionada en dichas instituciones.

Conforme con el autor Rubio (2015) y la Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE 2011-2012), se encontró que 2 de cada 10 niños y adolescentes de 2 a 17 años tenían sobrepeso y 1 tenía obesidad. Además, el 61.4% de la población consumía fruta diariamente y el 45.8% verduras. Comparativamente, en un estudio se observó que el 12.55% de los niños tenían sobrepeso antes de una intervención, pero después de la misma, no había sobrepeso en un grupo y solo un 6.67% en otro. El consumo diario de frutas y verduras en este estudio fue de 0.18 y 0.82, respectivamente.

PROBLEMA CIENTIFICO

Dentro de los últimos años según (UNICEF 2019) declaro que tenemos a niños en desnutrición a 1 de cada 3 niños menores de cinco años de edad y dos de cada tres menores de dos años no tiene una alimentación adecuada para lo cual en los próximos años estarán en desnutrición. La mala alimentación ha existido toda la vida ya sea por situaciones económicas, guerras, desastres naturales que dejan a muchas personas en situación de pobreza extrema afectando significativamente hacia un buen aprendizaje, problemas de salud como hipertensión y/o diabetes en su adultez.

Gracias a (UNICEF 2021) encontramos datos importantes sobre la mala alimentación en Ecuador realizada por la Encuesta Nacional sobre Desnutrición Infantil 2023 comentando que, un 20,1 % dentro de los niños menores de dos años de edad tienen esta dificultad que afecta a la productividad de nuestro país para lo cual se tiene como pronóstico de larga duración. Pero, también en nuestro país Ecuador se ha creado un aproximado de doce programas en relación a la buena alimentación y una vida sana pero a pesar de eso la curva de la DCI principalmente en menores de cinco años lamentablemente no reduce.

Para lo que nosotros los ecuatorianos nos preguntamos, se podrá hacer algo más por nuestro país y que los niños puedan comer plenamente para así, favorecer a un buen desarrollo y crecimiento.

PREGUNTAS CIENTIFICAS O DIRECTRICES

1. ¿Podremos cambiar la perspectiva de crear hábitos saludables de alimentación e implementarlos en nuestros niños?
2. ¿Obtendremos resultados positivos una vez dada la charla en el centro infantil?
3. ¿Será de gran ayuda en la entrega del menú como una forma de guía para crear más platillos para los niños de dicha guardería?
4. ¿Los niños de dicha guardería, tendrán mejor desarrollo motor y una energía oportuna para las actividades de su vida diaria?

OBJETIVO GENERAL

Brindar estrategias de prevención para promover la buena alimentación en la guardería “kushi Wawa” por medio de una charla basada en buenos hábitos alimenticios para los niños menores de tres años instruyendo a las docentes palvularias, para implementar hábitos que favorezcan al desarrollo pleno y saludable de los niños.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ❖ Implementar una pre - encuesta para saber qué tipo de alimentos brindan a los niños a su cuidado.
- ❖ Educar sobre los beneficios de una alimentación balanceada y variada que aporten al crecimiento y desarrollo del niño.
- ❖ Proporcionar acceso a programas de apoyo y recursos para adoptar hábitos alimenticios saludables
- ❖ Como parte de las charlas socializaremos con juegos recreativos que ayudan a un mejor aprendizaje y desenvolvimiento creando un conocimiento invaluable.
- ❖ Evaluar por medio de una encuesta, el conocimiento adquirido durante la charla.

JUSTIFICACIÓN

El querer alimentarse saludablemente es complicado en cada parte del mundo ya que existen factores económicos, sociales y/o culturales en los que se ve afectado el alimento de los niños. En las guarderías o Centros de Desarrollo Infantil durante los últimos tiempos se han evidenciado anomalías en los alimentos entregados refiriéndose a productos en mal estado, alimentos vencidos o a su vez brindar pocas porciones en los platos de los niños.

Así nos aferramos a este tema porque es la realidad en la que vivimos muchos niños menores que tienen mala alimentación o, a su vez, son escasas y nulas en nutrientes, minerales y vitaminas que contribuyen favorablemente a un buen crecimiento y desarrollo de los niños.

En este proyecto los beneficiados serán, los niños menores de tres años del Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA” ubicado en la provincia de Napo canto “El Tena” ya que sus docentes palvularias por medio de la charla ayudaran a estos niños alimentarse de mejor manera con las porciones adecuadas, basado de un menú que se les será facilitado para que de esta manera existan menos enfermedad, menos riesgo de sobre peso, evitar la anemia entre otros factores.

A nivel comunitario los padres sabrán que dejan a sus hijos en buenos centros infantiles, a nivel personal nos sentiremos agradas de ayudar con un granito de arena a la buena salud de los niños del Ecuador y a nivel institucional lograremos ser reconocidos a nivel provincial.

Para finalizar, esta charla tiene como objetivo el promocionar hábitos de alimentación buenos para un buen desarrollo de los niños ya que son el futuro de cada nación.

CAPITULO
1

CAPITULO 1. MARCO TEORICO

1.1 ANTECEDENTES.

A nivel de países, están afectados en el ámbito de malnutrición recalando que madres lactantes, niños y adolescentes están expuestos a una mala alimentación. El buen desarrollo de la nutrición, comienza alrededor de los 1000 días que transcurren entre la concepción y el segundo año de vida ayudando a que goce de salud plena desarrollándose física e intelectualmente como necesita. (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, 2020).

La malnutrición por deficiencia, tiene tres indicadores más utilizados que son el bajo peso por la edad y/o desnutrición global; talla baja para la edad o desnutrición crónica y bajo peso para su talla o desnutrición aguda. En Argentina, Brasil, Chile y Jamaica expone una prevalencia de desnutrición mundial bajo 2,5%, mientras que, en el otro extremo, más del 10% de los niños de Guatemala, Guyana y Haití muestra esta problemática. También comenta que, la desnutrición crónica es un problema en la mayoría de los países contando con un 67% y el 10% sufre de desnutrición. Por lo que se deduce que en la región teniendo a más de 7 millones de infantes con desnutrición crónica. (NACIONES UNIDAD 2018).

A nivel mundial se ha creado un cambio ya que según el autor Gonzales. L & Guevara. M (2024) menciona en los datos de la UNICEF, causas esenciales de una mala alimentación debido a factores como la inseguridad al alimentarse en casa, no hay atención adecuada con los alimentos dados o que en entorno existen costumbres arraigadas.

Niños, alimentos y nutrición, es lo que les hace falta a cada tres niños menores de cinco años o más de 200 millones están con el dilema de desnutrición o sobrellevan un peso inadecuado, haciendo que 2 de cada 3 niños entre seis meses y dos años no obtienen alimentos que favorezcan al crecimiento rápido de sus cuerpos y cerebro situación puede perjudicar su desarrollo cerebral, interferir con su aprendizaje, debilitar su sistema inmunológico y aumentar el riesgo de infección y, en muchos casos, de muerte. (UNICEF 2019).

Según la revista “PRIMICIAS” (2024) Pabel Muñoz alcalde del municipio de Quito en los centros infantiles “QUITO CUNAS” ha existido varias denuncias sobre presuntas corrupciones con la entrega de alimentos malos e infraestructuras no adecuadas, reconociendo una debilidad en el modelo de gestión de este servicio que es gratuito atendiendo a más de 4.000 niños.

1.2 TEORIZANTE Y LA CORELACION AL TEMA DE DICHO PROYECTO.

La teorizante, Virginia Henderson modificó la valoración inicial del paciente aplicando 14 necesidades básicas del ser humano, enfatizando la alimentación y nutrición como elementos compensatorios para acomodar las actividades metabólicas y digestivas. La desnutrición en ser humano puede afectar transcendentalmente al desarrollo pleno y crecimiento favorable, en niños menores de cinco años impidiendo la formación de nuevas células sanguíneas por lo que es indispensable incluir en tu dieta alimentos en su estado natural es decir sin ser procesados por ningún tipo de procesador para de esta manera conservar sus vitaminas, minerales, carbohidratos y proteínas que activan el organismo de nuestro cuerpo y fortalece a nuestro sistema inmunológico, que es susceptible a cierto tipo de enfermedades oportunistas pero que también contribuye al desarrollo físico, cognitivo, lenguaje, motor y social del niño. (DEYSI SINCHIRE CAPA¹. KATHERINE SAMANIEGO CARRIÓN². ERIKA LIMA MIRANDA³. MARZO - 2020).

Nuestra teorizante, Virginia Henderson nació en el año de 1897 en Kansas City, Missouri, y tuvo su deceso por marzo de 1996. Su interés por la enfermería tiene importancia en el tiempo de la primera Guerra Mundial. En 1918 ingresó en la Army School of Nursing de Washington D.C, donde fue graduada por el año 1921 y aceptó el cargo como enfermera de plantilla en el Henry Street Visiting Nurse Service de Nueva York. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014).

La docencia comienza por el año de 1922, dando sus primeras clases de enfermería en Norfolk. Protestant Hospital de Virginia. Entra en el Teacher College de la Universidad de Columbia, donde saco su licenciado en maestra y en cuya estancia revisa la cuarta edición del Principies and Practice of Nursing, de Bertha Hamer, después de la muerte de ésta. La quinta edición del texto fue publicada en 1955 y contenía la propia definición de Enfermería de Henderson. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014)

Por el año de 1929 laboró como supervisora docente en las clínicas del Strong Memorial Hospital de Rochester, Nueva York, y en 1953 ingresa a la prestigiosa Universidad de Yale, donde desarrolló sus principales colaboraciones en base a la investigación de enfermería y donde permaneció de manera activa, asociada emérita de investigación hasta la década los 80. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014)

Una alimentación basada en nutrientes como por ejemplo basado en vitaminas, minerales, calcio etc, que nos brinden energía, buen semblante, pensamiento más funcional, corazón libre de enfermedades y que nos mantenga activos durante todo el día y actividades recurrentes.

Dentro de las 14 necesidades de Virginia Henderson nos habla de la alimentación e hidratación y es que es importante que el ser humano se alimente de manera apropiada para tener una salud optima por lo que se relaciona con los objetivos previos de este proyecto que es implementar hábitos de alimentación sana a los niños del centro infantil siendo vital, poner en practica desde pequeños ya que están en edad de pleno desarrollo y aplicando esto en el niño crecerá apropiadamente en aspectos físicos como intelectuales.

En Ecuador es beneficioso crear este tipo de iniciativas ya que tenemos muchos niños con desnutrición infantil grave por muchos factores socioeconómicos que limitan alimentarse pero hablando en aspectos de guarderías es primordial cuidar la alimentación de los mismos ya que según lo investigando también en las guarderías de nuestro Ecuador debemos poner atención a la alimentación que se da los niños por lo que se brindara estrategias de buena alimentación para prevenir de esta manera enfermedades aumentando así las defensas de su sistema inmunológico y desarrollo intelectual para su futuro.

1.2 MARCO TEORICO.

Durante el tiempo, los bebés prematuros tienen peores resultados de salud que los bebés nacidos a término por lo que se ha documentado un riesgo mayor de sufrir problemas emocionales, conducta y dificultad en la cognición, aprendizaje, atención, memoria y una calidad de vida no muy buena. (A, 2023)

Entre otras preocupaciones puede ser el estrés familiar, que está relacionado con el aumento de peso y comportamiento alimentario de los bebés prematuros. Con frecuencia, en el ámbito de salud de atención primaria formulan preguntas sobre el crecimiento y nutrición en que los bebés prematuros, menores de 32 semanas tienen signos de trastornos alimentarios. Durante los años preescolares y escolares suelen presentar vómitos, atragantamientos, dificultad para comer o aceptar ciertas texturas o consistencias y lento aumento de peso; pero también implica que no tenemos muchos estudios sobre niños prematuros de edad media y tardía. Aunque algunos autores también han encontrado problemas en este grupo, otros han llegado a la conclusión de que el parto prematuro de moderado a tardío tiene poco o ningún efecto sobre la conducta alimentaria. Por otro lado, la mayoría de los estudios evaluaron la alimentación entre los 12 y 24 meses de edad. (A, 2023)

La baja calidad en los primeros años de vida se asocia con una peor calidad nutricional. Martinoli et al. Encontraron que las mujeres prematuras tenían una peor calidad nutricional que sus pares a los 24 años de edad. (A, 2023).

1.3.1 LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

La alimentación es la evolución mediante el ser humano toman sustancias del mundo exterior con nutrientes indispensables para un buen funcionamiento del organismo, siendo sustancias que aportan un buen balance nutricional para una correcta salud del individuo, de la misma manera una mala alimentación puede aumentar la posibilidad de una enfermedad de corto o largo plazo reduciendo así, las defensas de nuestro sistema inmunológico afectándose el desarrollo físico y mental.(Martínez, A; Pedron, C, 2016).

La nutrición es un aspecto de interés en la salud y desarrollo asociándose con bebés, niños y madres, embarazos y partos más seguros, reduciendo el riesgo de enfermedades no transmisibles como diabetes y enfermedades cardiovasculares y una esperanza para una vida más larga; Los niños sanos aprenden mejor y las personas bien alimentadas son más productivas creando oportunidades para romper con el ciclo de escasez y hambre. (SALUD, 2024).

La malnutrición es una gran amenaza para la salud humana ya que se enfrenta a una gran carga de enfermedades relacionadas con la desnutrición, obesidad, sucediendo especialmente en países de ingresos bajos y medianos. (SALUD, 2024)

Según la Organización Mundial de la Salud (2020), nutrición refiere a la ingesta de alimentos en relación a las necesidades nutricionales de nuestro organismo basada en una dieta adecuada y equilibrada ayudándonos también del ejercicio físico diciendo así, que la nutrición se basa en el proceso por el cual nuestro cuerpo utiliza los alimentos para mantenerlo en buen estado y reparar las zonas dañadas y para lograr esto, requiere de una variedad de procesos incluyendo la absorción, asimilación y transformación de alimentos para permitir que nuestro cuerpo absorba los nutrientes para el mantenimiento, el crecimiento y el funcionamiento normal. (VITALIA, 2020).

Existen diferentes tipos de nutrientes, cada uno con una función diferente:

MACRONUTRIENTES: Son nutrientes que necesitamos en grandes cantidades y/o porciones dentro de están incluyen las proteínas, carbohidratos y grasas. (C., s.f.)

MICRONUTRIENTES: Nutrientes que sólo necesitamos en cantidades muy pequeñas encontrando en suplementos que contengan estos nutrientes en mínima cantidad de vitaminas y minerales. (C., s.f.)

Cuando la alimentación acaba, empieza la nutrición la cual consiste en un proceso inconsciente del cuerpo en el que se recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas que contiene los alimentos, estos son ingeridos, degradados tanto física como química y después ser absorbidos y pasados a la sangre siendo que, la nutrición se divide en la ingestión, digestión y absorción.

La digestión es el mecánico en lo que consiste masticar, deglutir, peristasis y defecar, el segundo es el químico que intervienen las enzimas, saliva y ácido digestivo, proceso en el que la boca y los dientes se encargan de triturar los alimentos y mezclarlos con la saliva para así formar el bolo alimenticio bajando al estómago y esófago por lo que en el estómago el alimento es diluido y digerido paulatinamente hasta que queda una solución de ácido clorhídrico, enzimas y partículas alimenticias llamadas quimo.

El quimo baja por el intestino delgado, en el duodeno el cual es la primera parte del intestino, sirve para mezclar el quimo con los jugos que provienen del páncreas y la bilis por siguiente alcanza el intestino grueso cada vez más diluidos, al final los alimentos no digeridos pasan al recto para poder ser expulsados por el ano. La absorción de los nutrientes se produce principalmente en el intestino delgado los cuales son azúcares, minerales, vitaminas, proteínas, grasas e hidratos de carbono; estos pasan a la sangre para que puedan llevar a cada una de las células y así poder utilizarlos como energía.

Los nutrientes son sustancias química contenidas en los alimentos que el cuerpo utiliza para que las células se alimenten, adquieran energía y lleve a cabo sus funciones correctamente, cada nutriente cumple una función específica en el cuerpo:

- ❖ Los más importantes son las macronutrientes ya que los necesitamos en grandes cantidades estos están formados por: proteínas, hidratos de carbono y grasas.

- ❖ Los que se necesita en cantidades pequeñas pero no menos importantes son los micronutrientes están formados por vitaminas y minerales.

- ❖ Otros componentes como el agua y la fibra siendo necesarios en cantidades adecuadas.

- ❖ No existe en si ningún alimento que nos proporcione todos los nutrientes en cantidades necesarias es preciso elaborar una dieta que equilibre las necesidades básicas de cada individuo.

1.3.2 LA DESNUTRICIÓN

Según (UNICEF, S.f.) la desnutrición se define como “Estado patológico resultante de una dieta deficiente en uno o varios nutrientes esenciales o de una mala asimilación de los alimentos”.

Es decir que la desnutrición es una carencia de uno o más nutrientes esenciales en el cuerpo del individuo los principales signos son el bajo peso, piel seca e inelástica. Existen 2 tipos de desnutrición, el primero es la desnutrición aguda la cual se caracteriza por una delgadez extrema resultado de periodos expiemos de hambruna o alguna enfermedad que pueda producir esto y el tipo más importante que afecta a nivel mundial es la desnutrición crónica la cual está relacionada con situaciones de pobreza y no tiene límite de tiempo además afecta al individuo desde sus inicios

y a largo plazo es muy difícil corregir ya que afecta a su desarrollo es decir causa muchas afecciones a largo plazo.

Además se ha escuchado el término mal nutrición solo que esta engloba a la deficiencia y el exceso de las calorías produciendo así desnutrición o también sobrepeso, es decir es el desequilibrio entre los nutrientes que necesita el organismo y los que ingerimos.

Sabiendo todo esto podemos comprender que la base del desarrollo humano es la nutrición correcta la cual ayuda al crecimiento y desarrollo saludable desde niños ya que es la edad en la que se produce para el resto de la vida. Es decir que hablando de la desnutrición crónica esta afecta más a niños la cual tiene repercusiones de por vida es así como se crea su concepto el cual se refiere a un retraso del crecimiento que afecta el desarrollo del niño tanto físico como cognoscitivo.(Unicef ecuador, 2019).

Esta puede comenzar en el embarazo es decir antes que el niño nazca, teniendo así consecuencias en el desarrollo físico y cognitivo del niño y así repercusiones en su educación impidiendo que pueda aprender con normalidad poniendo en gran riesgo su futuro.

1.3.3 COMO INFLUYE LA ALIMENTACIÓN EN EL CRECIMIENTO Y EL DESARROLLO

El crecimiento humano se define como el proceso fisiológico que produce una serie de cambios físicos visibles en el cuerpo, en cambio el desarrollo se define como la adquisición de nuevas habilidades. Para que esto suceda normalmente debe existir un aporte adecuado de energía y nutrientes esenciales en el cuerpo de cada individuo en base a sus necesidades básicas. es decir, la nutrición es la base fundamental a lo largo de la vida de una persona pero es más importante en el caso de los niños desde su nacimiento y durante sus etapas importantes de crecimiento.

Los nutrientes esenciales desempeñan un papel fundamental en el desarrollo cognitivo de los niños ya que son necesarios para el funcionamiento adecuado del cerebro es decir que la falta de estos pueden tener un impacto negativo en la memoria y así dañar la capacidad de aprendizaje de un niño.

La nutrición también es esencial para el crecimiento físico ya que en esta etapa los niños presentan un crecimiento rápido y así una dieta equilibrada basada en proteínas, grasas saludables, vitaminas, minerales proporciona lo necesario para el desarrollo adecuado de huesos, músculos y órganos. (CHOQUE B, 2023).

1.3.4 1000 DIAS DE ORO: DIAS QUE MARCARAN LA VIDA DEL BEBÉ.

Los primeros 1000 días de un niño es un período que comienza desde la concepción de la madre hasta sus 2 años del niño/a. Los expertos coinciden en la gran importancia que es en este periodo de su vida, por lo que, parte de su futuro se determinará dentro de esta etapa. (S.A., 2024).

Por eso es tan importante que tanto los padres como sus cuidadores protejan de mejor manera a sus bebés, tanto física como emocionalmente. Esta campaña se diseñó por el año 2016 con el objetivo de concienciar a madres, padres y adultos responsables del cuidado de niños/as sobre el cómo influye los primeros años de vida teniendo en cuenta que la familia es el principal factor para el desarrollo óptimo del niño durante el embarazo y los dos primeros años del niño/a. (UNICEF, s.f.)

1.3.5 IMPORTANCIA DENTRO DE ESTOS PRIMEROS 1000 DIAS.

- Un ambiente confortable para tu bebé es otro de los pilares de estos 1000 días. El vínculo con los padres, recibir cuidados y atenciones marcará el crecimiento del bebé y determinará el tipo de adulto en el que se convertirá. (S.A., 2024).

- Proporcionar con ayuda del juego la estimulación necesaria, para que los niños puedan desarrollarse plenamente a nivel cognitivo ya que existen muchos estudios que demuestran que al estimular con diferentes habilidades, como la socialización, organización, regulación emocional, estimulación del lenguaje, habilidades matemáticas o la capacidad de afrontar el estrés. (S.A., 2024)

1.3.6 SISTEMA NOVA

El sistema NOVA se divide en cuatro niveles:

1. Alimentación no procesada se caracterizan por no estar sometidos a procesamiento industrial y no contener sustancias y con esto, prolongar la vida útil de cereales, frutas, verduras, frutos secos, carne y otros alimentos. (CHOQUE B, 2023)

2. Componentes de cocina procesados, como los aceites y grasas, azúcares y sales alimentos que fueron agregados para sentir su sabor y olor. (CHOQUE B, 2023)

3. Alimentos procesados a los que se les ha implementado sal, azúcar y grasas para aumentar su estabilidad y sabor para cambiar sus propiedades sensoriales. Productos o alimentos especialmente procesados desarrollados industrialmente, incluidos azúcar, aceite, proteínas, almidón y fibra. (CHOQUE B, 2023)

4. Se obtienen triturando hortalizas como maíz, soja, caña de azúcar o remolacha azucarera y cadáveres de animales, a menudo procedentes de ganadería intensiva. (CHOQUE B, 2023)

1.3.7 IDENTIFICACIÓN DE ALIMENTOS ESPECIALMENTE PROCESADOS.

Según Monteiro (2019) y Popkin (2020), son sabrosos y muy adictivos, pero también estos productos, carecen de cualidades nutricionales y son destructivos para el medio ambiente y para nuestro cuerpo. Estos incluyen los chocolates dulces o salados pasteles, espagueti y pizza. Estos alimentos son altamente procesados en países con un desarrollo que está impulsado por la sustitución de alimentos listos para ingerirlos los mismos que provocan un suministro desequilibrado de nutrientes y consumo excesivo de calorías. Los alimentos y bebidas altamente procesados son niveles más altos de azúcar libre, grasa total, grasa saturada, sodio y niveles más bajos de proteínas, fibra dietética, minerales y vitaminas (OPS, 2019; Popkin, 2020). (CHOQUE B, 2023).

1.3.8 ACTIVIDAD FÍSICA.

La OMS (2020) menciona que cualquier actividad física que implique activar el músculo esquelético y provoque una pérdida de energía se puede describir como un movimiento físico para lo que es recomendable 30 minutos de actividad moderada al día. La actividad física ayuda mucho a la salud, es importante en la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles como enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y cáncer, mantendremos un peso apropiado y ayuda a una mejor salud mental. (CHOQUE B, 2023)

Pero por otro lado, el sedentarismo que se basa en la falta de actividad o movimiento físico en los niños y adolescentes, se asocia con un aumento de la adiposidad, una mala salud cardiometabólica, aptitud física y comportamiento prosocial, y menos horas de descanso. (CHOQUE B, 2023).

1.4 GLOSARIO.

TERMINO	DEFINICION
UNICEF	Se define como un fondo de las Naciones Unidas para la Infancia promoviendo los derechos de los niños siendo una base del desarrollo humano.
ONU	Sus siglas quieren decir Organización Mundial de la Salud fundada por el año de 1945 con el objetivo de conservar la paz y seguridad internacional.
SALUD	La podemos definir como un bienestar pleno en aspectos físicos, mentales y ambientales de la persona, dando a entender que no se trata de la enfermedad que padece el paciente.
NUTRIENTES	Son componentes de esencial importancia para nuestro cuerpo captados por las células para de ello transformar y procesar.
CONSTITUCION DEL ECUADOR	En Ecuador se lo conoce como normas que todo ecuatoriano debe cumplir para ser un país pacífico teniendo todos derechos y obligaciones que cumplir.
CUERPO HUMANO	Nuestro cuerpo es una estructura compleja y organizada en el que nosotros podemos trabajar teniendo cada una de sus partes funciones específicas.

QUIMO	Es la combinación de comida digerida ya sea agua, enzimas digestivas entre otras que son formadas en el estómago para luego pasar por el intestino delgado en el transcurso de su metabolismo.
ESTOMAGO	Es un órgano que lo encontramos en nuestro cuerpo siendo parte del aparato digestivo que nos ayuda a deglutir los alimentos que son ingeridos.

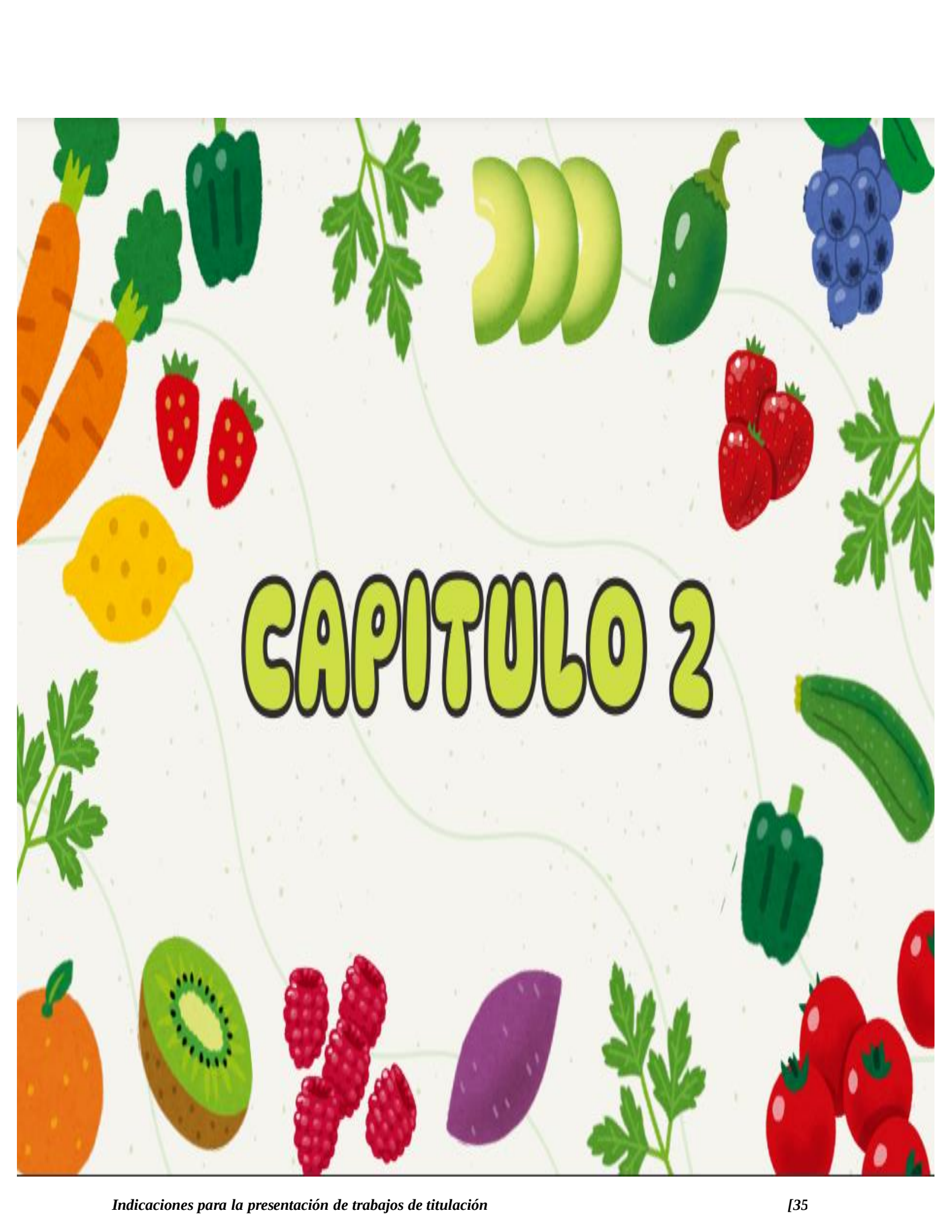
TERMINOS	DEFINICION
VITAMINAS	Son una serie de componentes necesarias para nuestro cuerpo específicamente para su función celular, ayuda al crecimiento y un desarrollo adecuado.
CALCIO	Conocido como un mineral que nuestra estructura esquelética lo necesita para su formación y función adecuada.
MINERALES	Estos minerales como tal, podemos encontrar en las frutas principalmente como tal es indispensable para una correcta función de nuestro cuerpo como puede ser la

	formación de huesos y células sanguíneas, buen desarrollo en el sistema nervioso, etc.
SISTEMA INMUNOLOGICO	Un componente complejo de órganos, celular, tejidos y sustancia que engendran ayudando así, a embestir enfermedades e infecciones producidas a los largo de su vida.
BUEN VIVIR	Un buen vivir en el Ecuador se refiere a una vida plena complementando eufonía interna, armonía social y paz con la naturaleza.
INALIENABLE	No se puede ceder.
INEMBARGABLE	No se puede embargar.
IMPREScriptible	No se puede prescribir.
SIGNOS VITALES	Refiere al desempeño esencial de nuestro cuerpo representando la tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencias cardiaca y tensión arterial.

1.5 CONTEXTUALIZACION.

Nuestro proyecto como lo hemos mencionado se basa en promocionar buenos hábitos de alimentación en nuestros niños de 1 a 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA”. Un centro que recibe a niños para ser cuidados por personal profesional.

Esta guardería emblemática se encuentra ubicado el nuestro Ecuador amazónico, provincia de Napo, cantón “El Tena” Av. 15 de Noviembre y calle Mariana Montesdeoca barrio Gil Ramírez Dávalos frente a la Cooperativa “OSCUS” en este centro atienden a más de 70 niños siendo una gran responsabilidad de cuidado, brindar alimentación educada e instruir para su futuro durante el tiempo que estén al cuidado de los mismos.



CAPITULO 2

CAPITULO 2. METODOLOGIA

2.1 TIPO DE INVESTIGACION.

El enfoque metodológico que se aplicó en este proyecto es cuantitativo ya que es un método que nos facilita a ver de manera factible los resultados de un análisis, recolectando datos que podemos tabular de manera más práctica obteniendo resultados positivos.

2.1.1. INVESTIGACION CUANTITATIVA.

Este tipo de investigación se basa en un método estructurado para recopilar y analizar información obtenida de diversas fuentes. Este proceso se realiza utilizando herramientas estadísticas y matemáticas con el objetivo de cuantificar el problema de investigación. La investigación cuantitativa puede ayudarle a mejorar productos y servicios o a tomar decisiones precisas e informadas que pueden ayudarle a alcanzar sus objetivos.

2.1.2. INVESTIGACION CUALITATIVA

La investigación cualitativa se utiliza para comprender cómo las personas experimentan el mundo. Para comprender o explicar el comportamiento, las motivaciones y las características de un grupo objetivo, los investigadores optan por la investigación cualitativa.

2.1.3. INVESTIGACION MIXTA

La investigación mixta es un método de investigación que recoge, analiza e integra estudios cuantitativos y cualitativos. Este método se puede utilizar cuando se necesita una mejor comprensión del problema de investigación y cada método no se puede proporcionar por separado. (CRISTINA, 2024)

2.2 TIPO DE ESTUDIO DE LA INVESTIGACION.

Dentro de este proyecto tenemos un tipo de estudio descriptivo – observacional pero también dentro de este estudio entra también cuenta con un análisis y/o estudio transversal.

El estudio descriptivo tiene como definición al estudiar fenómenos sociales y/o educativos en una situación temporal y con particularidad determinada, también es un estudio observacional porque dentro de este proyecto lo fundamental es mantenernos y basarnos a los hechos que ocurren y terminando con un estudio transversal porque el proyecto como tal fue elaborado con una recopilación de información dentro de este periodo de estudio.

2.3 POBLACIÓN, UNIDADES DE ESTUDIO Y MUESTRA.

2.3.1 POBLACION:

En el Tena por medio de una investigación se cuenta que, alrededor de 200 docentes palvularias dentro de dicha capital, provincia de Napo trabajan para el cuidado de los niños que se queda en cada centro infantil.

2.3.2 MUESTRA:

En el Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA” ubicando en la av. 15 de noviembre y calle Mariana Montesdeoca barrio Gil Ramírez Davalos frente a la cooperativa Oscus cuentan con 8 docentes palvularias que trabajan en esta entidad para el cuidado de los niños de dicho centro, dicho número representa mi muestra es decir, será con la población que trabaje durante este proyecto.

2.4. INDICADORES O CATEGORIAS A MEDIR

Dentro de estudio de este proyecto hemos catalogado como principal resultado crear un cambio en la alimentación de los niños creando así hábitos de buena salud y alimentación para un excelente futuro por tan razón es parte importante realizar dichas charlas, la entrega de folletos informativos tendrá como objetivo dar a conocer aspectos importante de la buena alimentación en los niños y recomendaciones que serán de buena guía, la idea está centrada en la promoción de la buena alimentación entregaremos una carta con menús que te ayudaran con el objetivo de que los prepare y de ellos, crear más platillos que ayudarán mucho proporcionando nutrientes al sistema de cada niño. Las actividades de recreación será pauta importante para un mejor aprendizaje creando destrezas y nuevo conocimiento para que nuestras palvularias instruidas puedan ponerlo en práctica.

2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.

Dentro de este proyecto los instrumentos para la recolección de datos utilizamos el método de las encuestas para el análisis de los resultados y que, de cierta manera observamos de alguna manera el problema que se encontraba en dicha entidad, después de ello se tuvo un estudio de las encuestas realizadas por cada una de las docentes palvularias. Estas encuestas se diseñaron en conjunto con los docentes de proyecto y con la misma autorización se validó la encuesta.

La encuesta es una táctica de investigación que nos ayuda a juntar información, datos a través de una serie de preguntas específicas teniendo como objetivo formular hipótesis sobre una población, grupo de referencia o muestra representativa, su propósito es recolectar información valiosa de grupos de interés, y sus respuestas ayudarán a analizar, interpretar y obtener una visión general que ayudará en la toma de decisiones o el desarrollo de estrategias o acciones específicas. (Gómez, 2023).

2.6 PROCEDIMIENTO DE INVESTIGACION.

24/07/2024

PRIMERO CHARLA REALIZAMOS LA SIGUIENTE ACTIVIDAD:

1. Importancia sobre la buena alimentación.
2. Beneficios de una alimentación saludable.
3. ¿porque la comida chatarra es perjudicial para los niños?

25/07/2024

SEGUNDA CHARLA REALIZANDO LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

1. Proporcionar folletos educativos del tema y explicación de los mismos.
2. Tips y recomendaciones para fomentar una buena alimentación en nuestros niños.
3. Actividades lúdicas relacionadas sobre la primera charla para reforzar aprendizaje.

26/07/2024

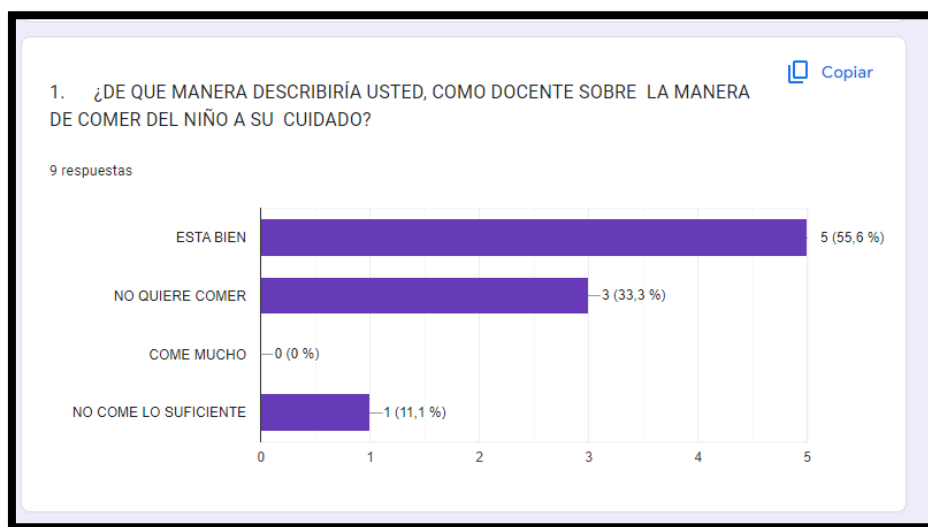
TERCERA CHARLA CULMINADO CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

1. Entrega de un recetario sobre platillos saludables para los niños.
2. Presentación de una encuesta para evaluar el conocimiento adquirido.
3. Otorgar certificados de asistencia y agradeciendo por la participación.

2.7. ANALISIS DE DATOS.

Al realizar esta primera encuesta nos ayudara a observar las posibles dudas que se puedan hallar por tanto, hemos podido evidenciar ciertas falencias lo cual nos ayudara para de esta manera centrarnos en temas específicos y brindar una mejor charla. Procedemos a tabular todas las respuestas dadas por las docentes palvularias:

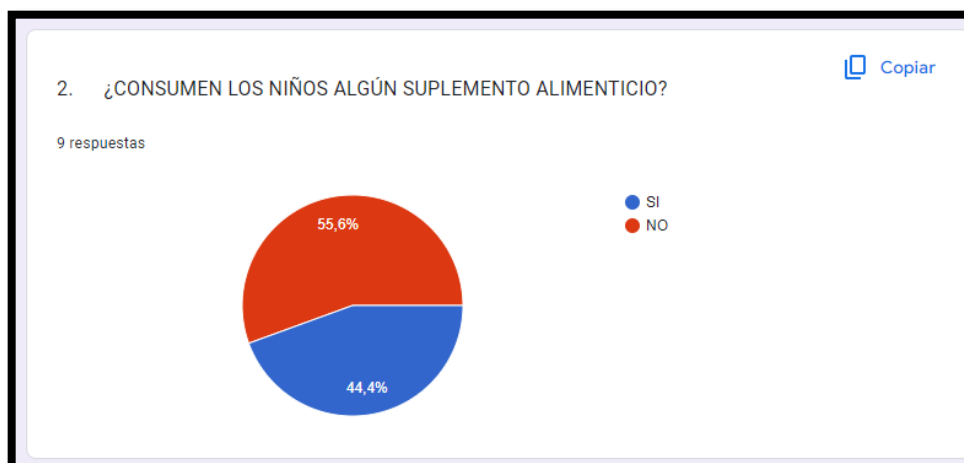
FIGURA 1.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta tabulación como resultado hemos obtenido como respuesta que, la docente palvularia describe que está bien en la manera que come su niño al cuidado con un 55,6% siguiéndole con un 33,3% manifestando los deseos de no querer comer, con un resultado de 0% come mucho y un no come lo suficiente con 11,1% .

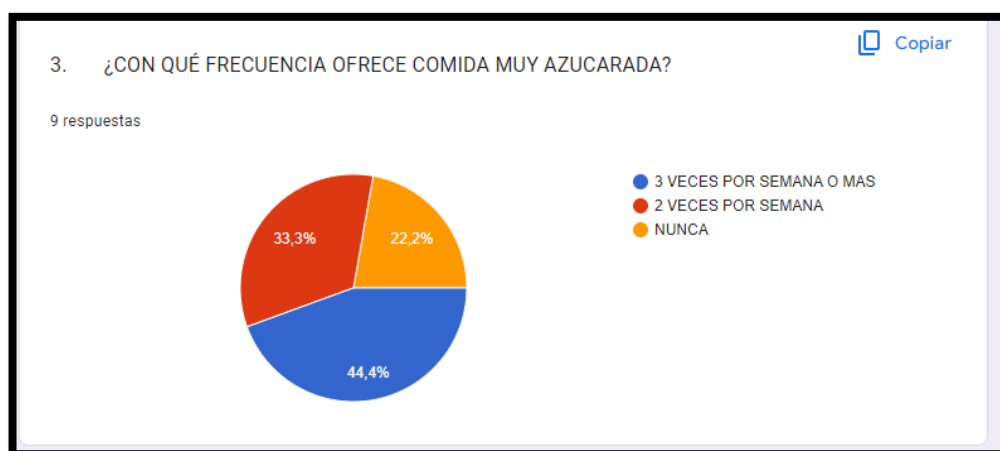
FIGURA 2.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En los siguientes resultados obtenemos con un 55,6% de que no toman algún suplemento en los niños y con un 44,4% que si toman dicho suplemento en algunos niños.

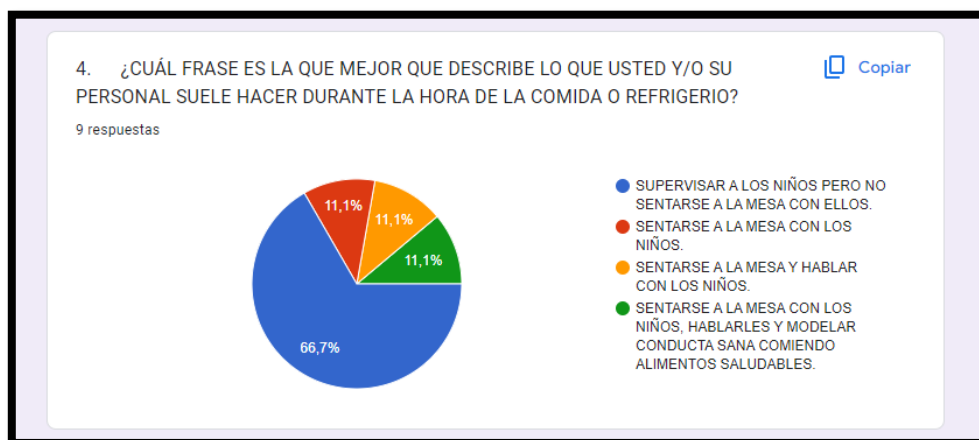
FIGURA 3.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta tabulacion tenemos como respuesta al primer lugar que los a los niños se les ofrece tres veces o mas alimentos altos en azucar (44,4%) pero tambien tenemos como resultado que suelen dar dos veces por semana (33,3%) como tambien no suelen dar por toda la semana (22,2%)

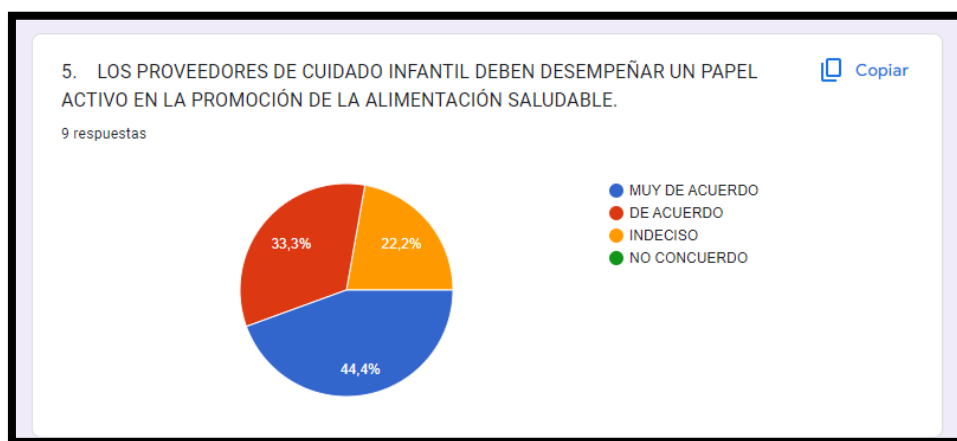
FIGURA 4.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

FIGURA 4. En esta pregunta podemos observar una una prespuesta bastante pronunciada a la pregunta realizada y obtuvimos como resultado, con un 66,7% describiendo que el personal a la hora de comida supervisan a los niños pero durante ese periodo no acompañan a la mesa con los niños.

FIGURA 5.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta pregunta prevalece con un 44,4% que estan de acuerdo en que los proveedores de comida infantil deben desempeñar un papel importante en participar para promover buena alimentacion en los niños y luego le sigue con de acuerdo (33,3%), un indeciso (22,2%) y un no de acuerdo con cero votos en esta tabulación.

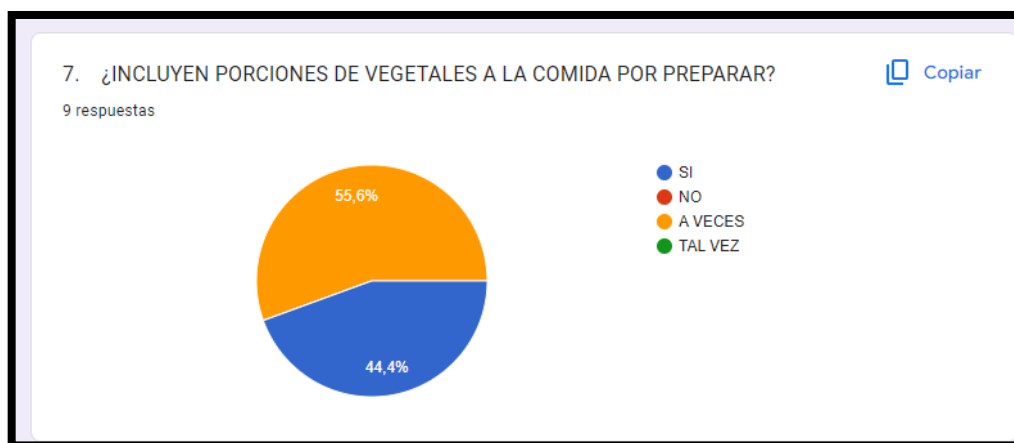
FIGURA 6.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: Esta pregunta fue realizada con el objetivo de saber cuantas porciones de fruta se le proporciona al niño durante el día y obtuvimos con resultados con un 66,7 % brindando de 0 – 1 fruta por día siguiendole con 22,2% aceptando que comen de 2-3 frutas al día y con 11,1 % que quiere decir ninguna.

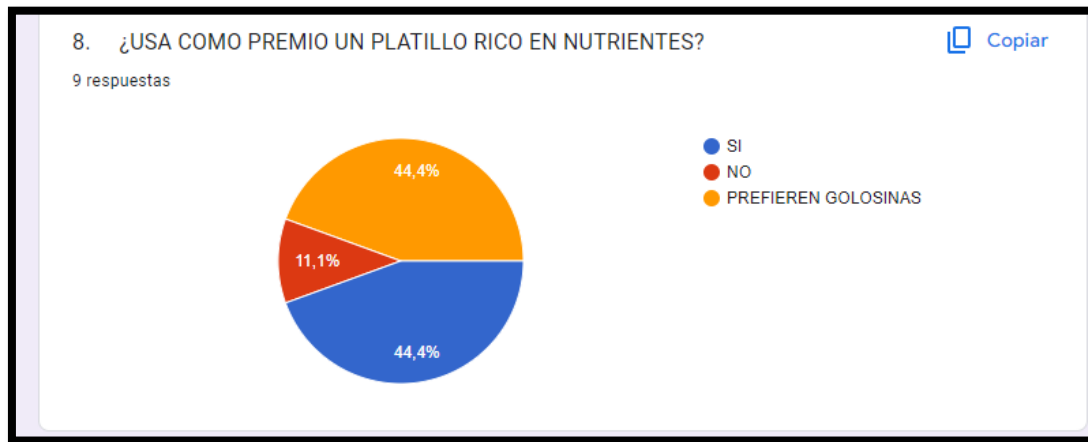
FIGURA 7.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulacion observamos con un 55,6% con un a veces que incluyen a vegetales dentro de la comida de los niños, siguiendole con un si del 44,4% obteniendo asi sin respuestas a las demas opciones.

FIGURA 8.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta pregunta realizada tenemos como respuesta con un 44,4% en que los niños como premio prefieren las golosinas siendo su principal atracción pero también encontramos con un mismo valor que tambien suelen dar platillos sanos y encontramos con un no con el pocertaje de 11,1 %.

FIGURA 9.



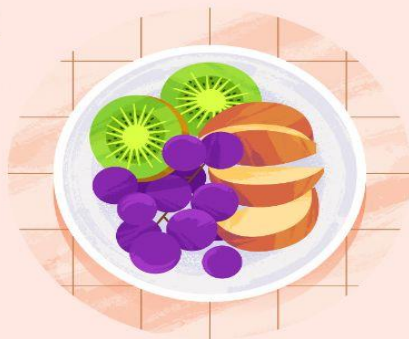
ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación conocemos su satisfacción estando muy de acuerdo con un 88,9% deseando así las charlas a realizar y con un puede ser de 11,1% obteniendo sin respuesta el no por ahora.

2.8. CONSIDERACIONES ETICAS.

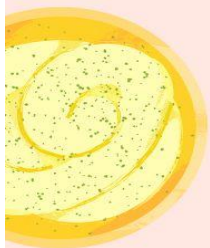
En el momento que empezó este trabajo se ha tratado de manejar todo de manera íntegra cuidando la identidad de cada persona, docente y/o participante que tuvimos participando dentro de este conversatorio y/o charla que se ha efectuado durante los tres días en la provincia de Napo para poder tener acceso tuvimos que hablar con la coordinadora que es la que está al frente del centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” realizamos la entrega de una solicitud formal explicándole el objetivo de nuestro trabajo todo fue de manera reservada asegurando que no salga algún otro tipo de información personal fuera de lo establecido, después de ello hemos tratado siempre de manejar no solamente por sus nombres siempre se ha conservado y guardado el respeto entre estudiante y docente parvulario lo cual fue favorable para seguir con el trabajo del proyecto de grado dentro de ello también se ha guardado o sea ha reservado a los niños para nosotros poder integrarnos y brindar las charlas de manera tranquila teniendo como objetivo mantener el respeto entre todos para llevar a cabo todas las actividades que se ha mencionado anteriormente de tal forma que el respeto se ha mantenido desde un inicio hasta un final lo cual se agradece porque nos han brindado las puertas para poder realizar nuestro proyecto.

Para tomar algún tipo de información o fotos para el registro antes de ello hemos pedido el respecto permiso para poder tomar fotos y también para pedir ciertos datos para el respectivo registro.



CAPITULO

3



3.1 FUNDAMENTO DE PROPUETA.

Al nosotros brindar una alimentación con nutrientes a los niños nos ayudara a cumplir varios propósitos claves siendo esenciales para su desarrollo y bienestar general de entre ellos nos proporcionara un crecimiento y desarrollo óptimo a nuestros niños creciendo de manera saludablemente desarrollando sus huesos, músculos y órganos de manera adecuada alcanzando un incremento físico y cognitivo. También, nos ayuda a crear en nuestro cuerpo un sistema inmunológico con suficientes vitaminas y minerales esenciales para así, ayudar a combatir infecciones y enfermedades nos ayuda también al desarrollo cognitivo brindando alimentos que apoyen el desarrollo del cerebro y funciones cognitivas como el aprendizaje y memoria a través de nutrientes como ácidos grasos omega-3, hierro y vitaminas B; de esta manera también prevenimos enfermedades que afectan a la integridad del niño al reducir el riesgo de enfermedades crónicas y deficiencia nutricional manteniendo un peso saludable previniendo la obesidad y el bajo peso. Esto crea en el niño/a hábitos saludables y en su día a día les dará energía y vitalidad para las actividades diarias, juegos y aprendizaje, asegurando que los niños se sientan activos y concentrados.

Por medio de la problemática y encuesta realizada nos dio a conocer que es fundamental el crear un cambio en los hábitos de alimentación de los niños que pertenecen al centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” promocionando buenos hábitos de alimentación dentro de los primeros 1000 días ya que su crecimiento es de manera acelerada y con un buen aporte nutricional y actividad física nos ayudara mucho a crear niños con destrezas y habilidades para su futuro.

3.2 PRESENTACION DE LA PROPUESTA.

24 DE JULIO DEL 2024

PRIMERA CHARLA:

1. Importancia de una buena alimentación.
2. Beneficios de una alimentación saludable.
3. ¿Por qué la comida chatarra es perjudicial para los niños?

25 DE JULIO DEL 2024

3.2.2. SEGUNDA CHARLA:

1. Entrega y explicación de folletos informativos.
2. Tips y recomendaciones para fomentar una buena alimentación en los niños.
3. Actividades lúdicas relacionadas sobre la primera charla para reforzar el aprendizaje.

26 DE JULIO DE 2024

3.3.3. TERCERA CHARLA:

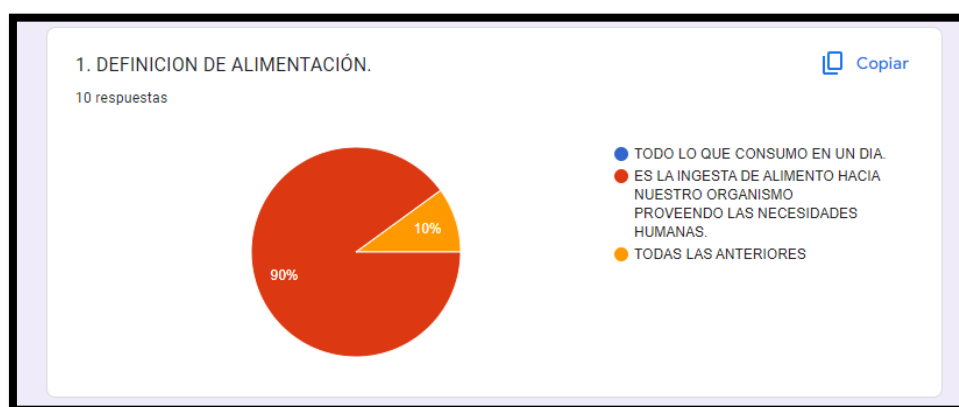
1. Entrega de un recetario sobre platillos saludables para los niños.
2. Presentación de una encuesta para evaluar el conocimiento adquirido.
3. Entrega de certificados de asistencia y agradecimiento por la participación.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

- CHARLAS EDUCATIVAS: Se realizarán presentaciones interactivas sobre la importancia de una buena alimentación, los beneficios de alimentarse saludablemente y los riesgos de consumir comida chatarra.
- FOLLETOS EDUCATIVOS: Distribución de material informativo con explicaciones claras y concisas sobre cómo mantener una dieta balanceada.
- TRUCOS Y CONSEJOS: Compartir estrategias prácticas para incentivar a los niños a comer de manera saludable.
- ACTIVIDADES LÚDICAS: Juegos y dinámicas que refuercen los conceptos aprendidos en las charlas, promoviendo un aprendizaje interactivo y divertido.
- RECETARIOS SALUDABLES: Provisión de recetas fáciles y nutritivas que los padres pueden preparar para sus hijos.
- EVALUACIÓN DEL CONOCIMIENTO: Aplicación de una encuesta para medir el entendimiento de los participantes sobre los temas tratados.
- CERTIFICACIÓN: Entrega de certificados de participación como reconocimiento y agradecimiento por asistir al curso.

3.3. EJECUCION DE LA PROPUESTA.

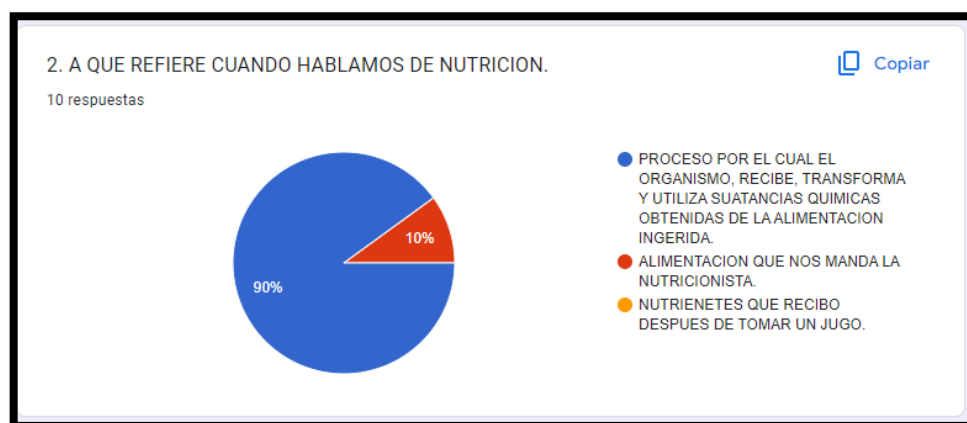
FIGURA 1



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: Respecto a la respuesta de esta pregunta tuvimos resultados beneficiosos ya que con un 90% tuvimos correctamente contestado a esta pregunta y con un 10% eligiendo como opción a todas las anteriores.

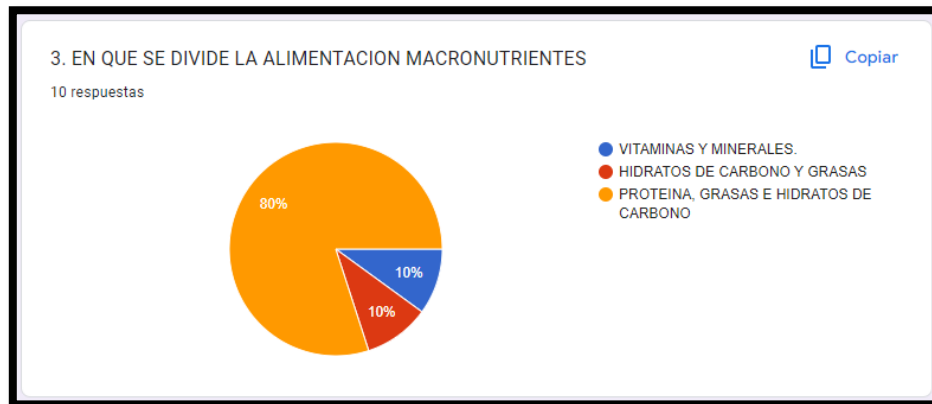
FIGURA 2.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta pregunta, hemos obtenido buenos resultados contando con un 90% de respuesta correcta acertando a la nutrición refiere al proceso por el cual el organismo recibe, transforma y utiliza sustancias químicas obtenidas de la alimentación una vez que ingrese al estómago y con un 10% tomando como respuesta alimentación que nos manda la nutricionista.

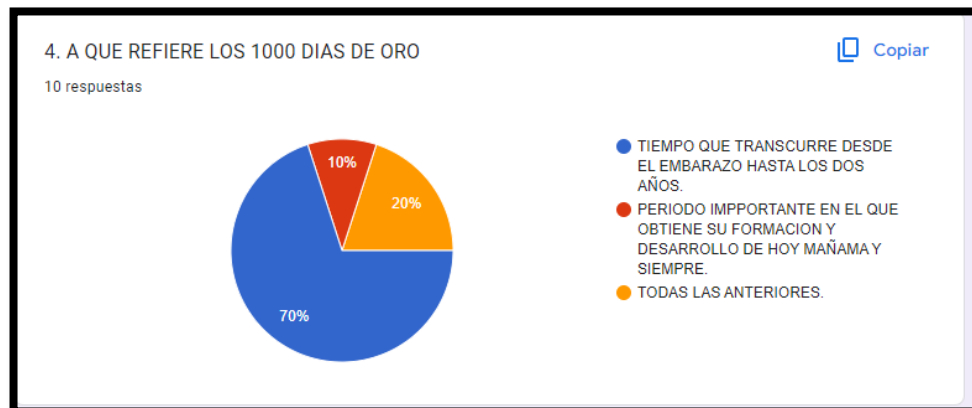
FIGURA 3



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: en esta pregunta observamos que tenemos tres respuestas diferentes teniendo un 80% que es correcto la alimentación micronutriente se dividen en proteína, grasas, e hidratos de carbono, 10% con la respuesta de vitaminas y minerales y con el otro 10% con hidratos de carbono y grasas.

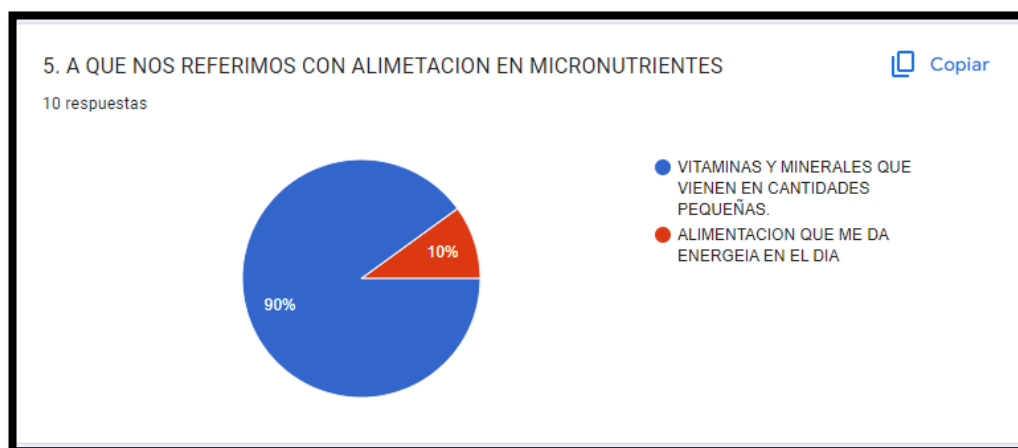
FIGURA 4.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: Referente a que nos referimos sobre los 1000 días de oro tuvimos tres respuestas contando con un 70% con una respuesta correcta seguido de un 20% que refiere a todas las anteriores y un 10% optaron por la respuesta refiriendo que es el periodo importante en el que, él bebe obtiene su formación y desarrollo de hoy, mañana y siempre.

FIGURA 5.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación refiriendo a que quieres decir alimentación en micronutrientes tuvimos buen resultado con un 90% acertando que son las vitaminas y minerales que vienen en pequeñas cantidades y un 10% refiriendo a que es la alimentación que me da energía durante todo el día.

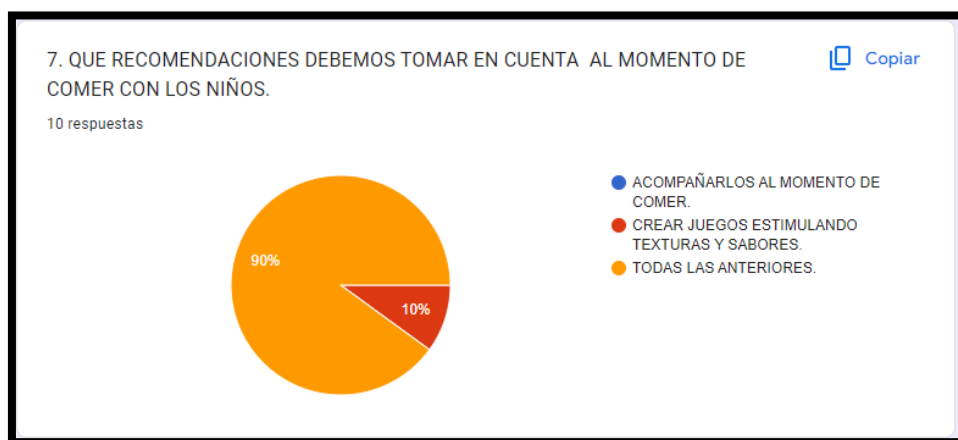
FIGURA 6.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulacion optuvimos el 100% lo cual es correcto con la respuesta 5 definiendo correctamente a la pregunta dada.

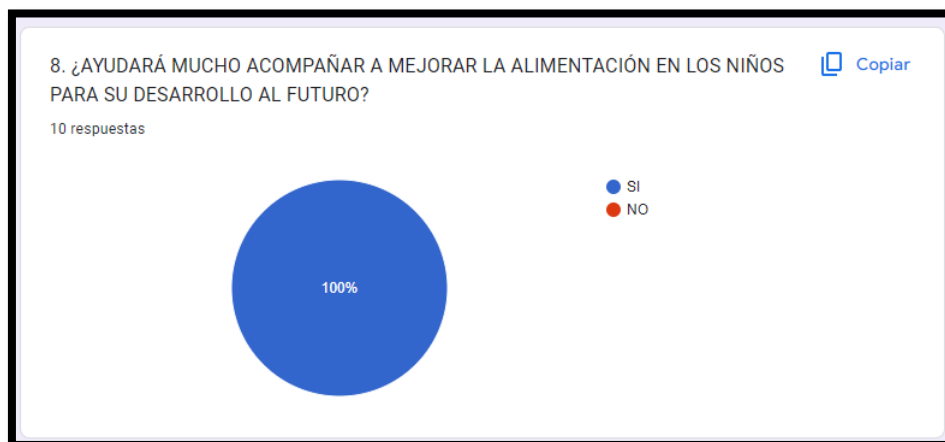
FIGURA 7.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: La respuesta mas prevalente en esta pregunta tenemos con un 90% con el resultado correcto y un 10% con la respuesta de crear juegos estimulando texturas y sabores.

FIGURA 8.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: Obteniendo el 100% de la respuesta correcta es muy satisfactorio ya que es de gran importancia mejorar la alimentacion para un mejor futuro de aprendizaje y habilidades.

FIGURA 9.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación obtuvimos un buen resultado a la acogida y apertura a las charlas dadas con un 100% quedando todos de acuerdo que hemos contribuido con información pertinente para el conocimiento adecuado.

CONCLUSIONES

En este proyecto que nos hemos trazado, vivimos la experiencia de palpar que siempre por más pequeñas que sea la acción y/o trabajo definitivamente aportamos un granito de arena al dar estas charlas con el gran objetivo que fue implementar buenos hábitos a la hora de comer, nuestros niños como tal, deben tener la estimulación y alimentación correcta para desempeñarse durante toda su vida creando así mismo habilidades, motoras, sensoriales y destrezas que aportaran a su vida tanto personal como profesional pero también nos ayuda mucho a fortalecer nuestro cuerpo, sistema inmunológico como por ejemplo brindamos calcio a los huesos y dientes del niño/a, ayuda a un buen desarrollo de los tejidos y músculos, aportan a un crecimiento favorable entre otros. Definidamente hemos descubierto que llevar una buena alimentación desde la concepción nos ayudara a llevar un embarazo sin riesgos, una buena alimentación también ayuda a fabricar una leche sana con todos los nutrientes necesarios para él bebe y una buena alimentación que se brinde desde la edad adecuada ayudará a su crecimiento esto tuvo apertura cuando dimos a conocer los 1000 días de oro, tiempo que aprovechamos cuidando de nuestro niño que se encuentra en pleno desarrollo.

Al empezar con esta travesía nos ayudamos mucho de una pre – encuesta que favoreció a la hora de poder centrarnos en temas específicos para de este manera este conversatorio o charla se pueda compartir y aprender de los dos lados. Desde este punto hemos partido para realizar la apertura de las charlas dadas por tres días consecutivos en el centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” educando sobre lo valioso que es brindar una buena alimentación a nuestros niños de manera balanceada de esta manera atraemos consigo mismo los beneficios que atribuyen como tal.

Hemos proporcionado material de apoyo y recursos que nos ayudó mucho para este programa de la promoción de buena alimentación para los niños de esto también nos apoyamos de juegos que ayudaron a un mejor aprendizaje y fue agradable por les gustó mucho a las docentes palvularias distraerse por un momento dentro de sus horas laborales este juego de los globos a reventar con preguntas dentro de ellos que se basaban en las charlas dadas.

Finalmente, dentro de las charlas brindadas a las docentes palvularias como último punto hemos terminado con una encuesta para evaluar los conocimientos adquiridos durante el periodo que se dio las charlas obteniendo como resultados satisfactorios dándonos a entender que hemos brindado los temas necesarios para el buen conocimiento del mismo, culminando así de manera satisfactoria este conversatorio atrayendo resultados favorables siendo una experiencia inolvidable.

RECOMENDACIONES

El dar a nuestros niños una alimentación equilibrada en nutrientes favorecerá de manera óptimo al crecimiento, desarrollo y formación de hábitos de vida saludables proporcionando una dieta equilibrada y variada garantizará que los niños de la guardería reciban todos los nutrientes esenciales para el desarrollo físico y cognitivo.

Por tal motivo una vez dada las charlas sería recomendable de mantener y/o implementar estas recomendaciones y Tips que fueron dados durante la charla, sería aconsejable que dentro de su alimentación se incluya frutas, verduras, proteínas magras, cereales integrales y productos lácteos reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas en el futuro.

Además, fomentar estos buenos hábitos alimentarios desde una edad temprana, haciéndoles partícipes en su preparación de comidas y elegir alimentos saludables, tiende a aumentar la ingesta de alimentos ricos en nutrientes. Una hidratación adecuada y limitar el azúcar añadido y los alimentos altamente procesados también son esenciales para mantener la salud y el bienestar general.

Como un consejo fundamental es poder realizar las recetas que les otorgamos a la entidad ya que presenta:

Variedad de alimentos como frutas, verduras, proteínas, cereales integrales y productos lácteos aportando diferentes nutrientes esenciales.

Frutas y verduras que compensan la mitad de tus comidas con frutas y verduras atrayendo a los niños por sus colores y formas.

La proteína magra como pollo, pescado, huevos, frijoles y nueces siendo esencial para el crecimiento y desarrollo.

Los cereales integrales como pan integral, arroz integral y avena en lugar de cereales refinados estos cereales integrales son ricos en fibra y nutrientes.

Los lácteos como leche, yogur y queso son importantes para la salud ósea debido a su contenido de calcio.

Hidratarse con agua o leche evitando bebidas azucaradas. Todo esto siempre se debe hacer de acuerdo a la talla, edad y necesidades personales de su niño al cuidado.

Es recomendable evita el azúcar añadido como refrescos, dulces y cereales azucarados ya que puede provocar problemas de salud como obesidad y diabetes.

Un desayuno nutritivo es importante por lo que aporta energía y nutrientes necesarios para empezar bien un día de actividades puede ser avena, yogur de frutas o el pan integral rico en proteínas.

Todas estas recomendaciones tiene como finalidad el seguir contribuyendo a la buena alimentación de tu niño creando niños sanos con el objetivo de bajar la tasa de morbi y mortalidad a causa de desnutrición, obesidad y/o enfermedades cardiovasculares.

BIBLIOGRAFÍAS

- 1) Moyano, D (2017, enero) LA INFLUENCIA DE LA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA ETAPA PREESCOLAR [proyecto de grado].Recuperado de:
<http://201.159.223.2/bitstream/123456789/2350/1/Paper%20Dennis%20Moyano%202017.pdf>
- 2) Unicef (2021) Desnutrición Crónica Infantil. Recuperado de:
<https://www.unicef.org/ecuador/desnutrici%C3%B3n-cr%C3%B3nica-infantil>
- 3) Wisbaum, W. (2011, noviembre) LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento. Unicef. [Documento PDF]. Recuperado de:
<https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/3713/La%20desnutrici%C3%B3n%20infantil%20causas%2C%20consecuencias%20y%20estrategias%20para%20su%20prevenci%C3%B3n%20y%20tratamiento.pdf?sequence=1>
- 4) Figueroa, K (2023, noviembre 2) ¿Cuál es la importancia de la nutrición en la primera infancia? Universidad estatal de milagro. Recuperado de:
<https://www.unemi.edu.ec/index.php/2023/11/02/importancia-nutricion-primera-infancia/>
- 5) Medina, E. (2023, abril) relación del estado nutricional y conocimientos sobre el inicio de alimentación complementaria de padres y cuidadores de niños menores de 2 años en 2 guarderías de la ciudad de azogues, ecuador. [Tesis de grado]. Universidad de las Américas, Cuenca.
- 6) Asencio, L; Muñoz, K (2012) influencia de los factores socioeconómicos y culturales en el estado nutricional de los preescolares según su alimentación en las guarderías “san Pablito” y “mis primeros pasos” comuna san pablo. Santa Elena. 2011-2012. [Tesis de grado]

Universidad estatal península de Santa Elena, La libertad – Ecuador.

- 7) Llumiquinga, J (2013) Estudio de las dietas proporcionadas en los centros de desarrollo infantil del buen vivir y su aporte nutricional en los niños que acuden a dichos centros por análisis en el sector comité del pueblo de la ciudad de Quito. [Tesis de grado] Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, Quito – Ecuador.
- 8) Melendez, A (2006) EVALUACION DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LAS GUARDERIAS DEL INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL DE LA DELEGACION NUEVO LEON. [Tesis de Maestría] Universidad autónoma de Nuevo León Facultad de Medicina, México.
- 9) Rubio, G; Pérez, F; Arias, O; Pérez, D. (2015) Educación Para la Salud en Guardería: Alimentación “Somos lo que comemos”. Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud. Universidad de León. Facultad de Educación. Ciudad/país León, España.
- 10) Machado, J. (02 AGOSTO 2023). Mala alimentación y corrupción en centros infantiles del Municipio de Quito. Primicias el periodismo comprometido. Recuperado de: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/alimentacion-corrupcion-centros-infantiles-municipio-quito/>
- 11) Ministerio de Inclusión Económica y Social. (S.G). Escuela de Familias: equipo de Desarrollo Infantil de la provincia de Napo se capacitó sobre nutrición saludable. Recuperado de: <https://www.inclusion.gob.ec/escuela-de-familias-equipo-de-desarrollo-infantil-de-la-provincia-de-napo-se-capacito-sobre->

nutricion-saludable/

- 12) Vilaña, M. (09 SEPTIEMBRE 2019). Los centros de desarrollo infantil del municipio de Quito apuntan a una educación gratuita y de calidad. Unidad patronato municipal San José. Recuperado de: <https://www.patronato.quito.gob.ec/2019/09/09/los-centros-de-desarrollo-infantil-del-municipio-de-quito-apuntan-a-una-educacion-gratuita-y-de-calidad/#:~:text=En%20total%2C%20son%20207%20Centros,su%20etapa%20de%20desarrollo%20inicial>
- 13) Ecuavisa. (02 SEPTIEMBRE 2023). El rumor ante un supuesto cierre del centro infantil del MIES, causó reclamos en Guayaquil. Recuperado de: <https://www.ecuavisa.com/noticias/guayaquil/cierre-centro-infantil-mies-guayaquil-KK5905297>
- 14) UNICEF. (15 OCTUBRE 2019). La mala alimentación perjudica la salud de los niños en todo el mundo, advierte UNICEF. Recuperado de: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/la-mala-alimentaci%C3%B3n-perjudica-la-salud-de-los-ni%C3%B1os-en-todo-el-mundo-advierte>
- 15) ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. (01 MARZO 2024). MALNUTRICIÓN. RECUPERADO DE: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- 16) Amezcua, M. (25 NOVIEMBRE 2014). VIRGINIA HENDERSON. GOMERES. Recuperado de: <https://www.fundacionindex.com/gomeres/?p=626>
- 17) Deysi Sinchire Capa¹. Katherine Samaniego Carrión². Erika Lima Miranda³. (16 MARZO 2020). Papel de la enfermería en la alimentación

- y nutrición del paciente. Revista Electrónica de Portalesmedicos.com. Recuperado de: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/papel-de-la-enfermera-en-la-alimentacion-y-nutricion-del-paciente-con-la-perspectiva-teorica-de-myra-estrin-levine/>
- 18) Valdés, A. (23 OCTUBRE 2023). Patrones de alimentación y crecimiento de los niños prematuros a los 3 – 4 años de vida. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112023000400005&lang=es
- 19) Choque, B. Mamani, M. (30 JUNIO 2023). Consumo de alimentos procesados y ultra procesados y su relación con su actividad física en adolescente. Scielo – Perú. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682023000200111&lang=es
- 20) Ortega, C. (2024). Investigación cuantitativa, que es y cómo se realiza. QUESTION PRO. Recuperado de: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
- 21) Junta de castilla y León. (2020). ¿Qué es la nutrición y alimentación?. Recuperado de: <https://www.saludcastillayleon.es/ventanafamilias/es/infancia/alimentacion/bases-alimentacion-saludable/nutricion-alimentacion>
- 22) UNICEF. (2020). Cada niño, niña y adolescente recibe una buena alimentación. Recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/cada-ni%C3%B1a-ni%C3%B1o-y-adolescente-recibe-una-buena-alimentaci%C3%B3n#:~:text=Una%20buena%20alimentaci%C3%B3n%20permite%20que,gozar%20de%20una%20buena%20salud>
- 23) Bayard. (2024). Los primeros 1000 días del bebe marcan su futuro: los mil días de oro. Recuperado de: <https://www.bayardeduccion.com/lectura/los-primeros-1000-dias-bebe#:~:text=Son%20mil%20d%C3%ADas%20que%20comienzan,se%20determina%20en%20este%20per%C3%ADodo>

- 24) Vitalia. (2020). Nutrición. Recuperado de:
<https://vitalia.es/bibliosalud/nutricion/que-es#:~:text=Qu%C3%A9%20es-,Nutrici%C3%B3n,para%20mantener%20una%20vida%20saludable>
- 25) Organización Mundial de la Salud. (07 AGOSTO 2024). Nutrición. Recuperado de: <https://www.who.int/es/health-topics/nutrition>
- 26) Unicef. (S.F). Mil días para toda la vida. Recuperado de: <https://www.unicef.org/uruguay/1000-dias-para-toda-la-vida>
- 27) Bayard. (2024). Los primero 1000 días del bebe marca su futuro: mil días de oro. Recuperado de: <https://www.bayardededucacion.com/lectura/los-primeros-1000-dias-bebe>
- 28) Ortega, C. (2020). Investigación mixta, que es y qué tipos existen. Recuperado de: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-mixta/>
- 29) Gómez, M. (28 JUNIO 2023). Que es una encuesta para que sirve y que tipos existen. Recuperado de: <https://blog.hubspot.es/service/que-es-una-encuesta>
- 30) El jardín de añoreta. (S.F). La importancia de la nutrición en guarderías infantiles. Recuperado de: <https://www.eljardindeanoreta.com/la-importancia-de-la-nutricion-en-las-guarderias-infantiles/>

ANEXOS



ANEXO 1: PRIMER DIA DE CHARLA, DANDO LA BIENVENIDA E INTRODUCCION SOBRE LOS TEMAS A TRATAR DENTRO DE CRONOGRAMA ESTABLECIDO.



ANEXO 2. QUE DEBEMOS SABER SOBRE LA
ALIMENTACION Y NUTRICION Y COMO
IDENTIFICAR Y/O DIFERENCIAR.



ANEXO 3. SEGUNDO DIA DE CHARLA EN
COMPAÑÍA DE LA DOCENTE
ESPECIALISTA



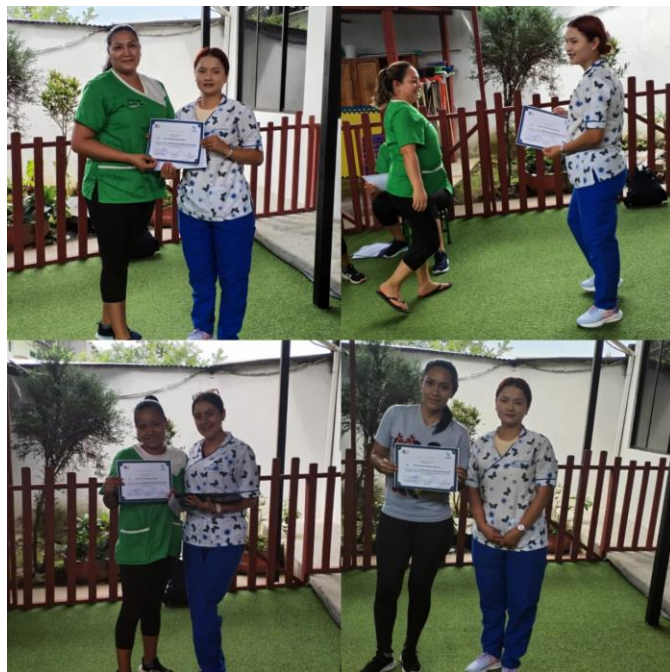
ANEXO 4. EXPLICACION Y ENTREGA DE
FOLLETOS CON INFORMACION PERTINENTE AL
TEMA DADO.



ANEXO 5. TIEMPO DE APLICAR LA
ACTIVIDAD RECREATIVA



ANEXO 6. ULTIMO DIA DE CHARLAS.



ANEXO 7. ENTREGA DE LOS CERTIFICADOS DE PARTICIPACION A LAS DOCENTES PALVULARIAS



ANEXO 8. ENTREGA DE CERTIFICADOS DE PARTICIPACION A LAS PASANTES

ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
24/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Catherine Shirley Basso Aguilera	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Paulina Michelle Cabrera Calapucha	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Valeria Silvana Aguilera Shigangwa	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Florencia Yvonne Gómez	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Evelyn Jomayra Norvici Calapucha	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Paulina Michelle Cabrera Calapucha	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Ximena Piedad Valles Shigangwa	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Karina Judith Shigangwa Gual	1500000000	[Firma]

ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
25/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
25/07/2024	Karina Judith Shigangwa Gual	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Florencia Yvonne Gómez	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Catherine Shirley Basso Aguilera	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Valeria Silvana Aguilera Shigangwa	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Evelyn Jomayra Norvici Calapucha	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Paulina Michelle Cabrera Calapucha	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Paula Verónica Morales	1716750367	[Firma]
25-07-2024	Ximena Piedad Valles Shigangwa	1500000000	[Firma]

TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO RUMIÑAHUI
ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
26/07/2024	Catherine Shirley Basso Aguilera	1500000000	[Firma]
26/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Florencia Yvonne Gómez	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Valeria Silvana Aguilera Shigangwa	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Ximena Piedad Valles	1500000000	[Firma]
26-07/2024	Karina Judith Shigangwa Gual	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]

TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO RUMIÑAHUI
ASISTENCIA DEL ESTUDIANTE
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRES	CEDULA	FIRMA DE COORDINACION	FIRMA DEL ESTUDIANTE
24-07-2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]	
25-07-2024	Karina Judith Shigangwa Gual	1500000000	[Firma]	
26-07-2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]	

ANEXO 9. NOTA DE ASISTENCIA POR CADA DIAS Y ASISTENCIA DE LA COORDINADORA.



ANEXO 10. TRIPTICO DISEÑADO Y ENTREGADO A LAS DOCENTES PALVULARIAS.

FECHA	NÚMERO DE CHARLA	ACTIVIDADES
24/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 1	1. IMPORTANCIA SOBRE LA BUENA ALIMENTACIÓN. 2. DIFERENCIAS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE. 3. ¿PORQUÉ LA COMIDA CHATARRA ES PERJUDICIAL PARA LOS NIÑOS?
25/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 2	1. ENTREGA Y EXPLICACIÓN DE LOS FOLLETOS INFORMATIVOS. 2. TIPS Y RECOMENDACIONES PARA FOMENTAR UNA BUENA ALIMENTACIÓN EN NUESTROS NIÑOS. 3. ACTIVIDADES LÚDICAS RELACIONADAS SOBRE LA PRIMERA CHARLA PARA REFORZAR APRENDIZAJE.
26/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 3	1. ENTREGA DE UN RESUMARIO SOBRE PLATILLOS SALUDABLES PARA LOS NIÑOS. 2. PRESENTACIÓN DE UNA ENCUESTA PARA EVALUAR EL CONOCIMIENTO ADQUIRIDO. 3. ENTREGA DE LOS CERTIFICADOS DE ASISTENCIA Y AGRADECIMIENTO POR LA PARTICIPACIÓN.

PARA:
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"

ASUNTO: SOLICITUD DE PERMISO

Un cordial saludo al Centro de Desarrollo Infantil "KUSHI WAWA" que se encuentra dirigido por la Tlcga. Janet Elizabeth Chicaiza Amagay, somos estudiantes, próximas a graduarnos obteniendo el título de "Técnico Superior en Epidemiología" del Instituto Tecnológico Universitario Rumiñahui, las alumnas, Merli Vanessa Sanabria Guzmán C.I. 1727894774 y Nathaly Silvana Basurto Farías C.I. 1752108686, nuestro proyecto de grado llamado "ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 - 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA" EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024" en el que se brindará tres días de charlas promoviendo e informando sobre la importancia que debemos generar a nuestros niños sobre la alimentación saludable que nos ayuda a prevenir enfermedades crónicas para fortalecer ayuda a mejorar calidad de vida en aspectos de buen ambiente, energía durante todo el día, entre otros beneficios.

Dirigidos para las maestras púberales que se les brindará las charlas, presentación de tripticos con información importante, estaremos realizando actividades lúdicas para entender mejor y hacer más creativas las charlas y una vez finalizado el cronograma

Agradecemos por la atención prestada quedamos atentos a la aprobación de nuestra solicitud para la apertura de la actividad mejorar la alimentación en los niños de nuestro país.

ATENTAMENTE:


L.C. SANCHEZ CRISTHIAN
(TUTOR METODOLÓGICO)

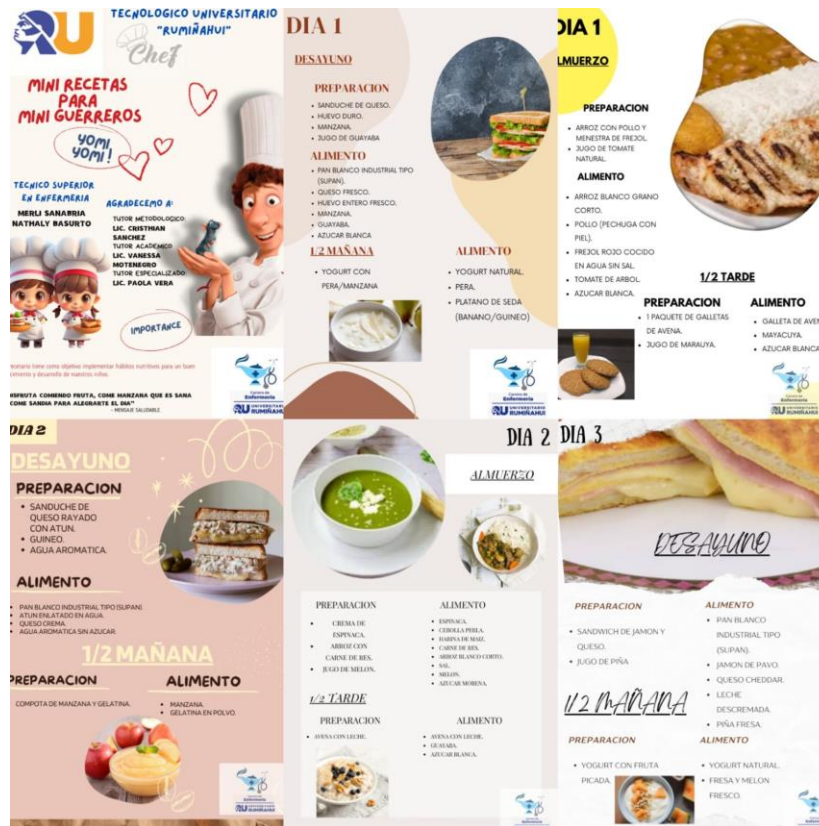

L.C. VANESSA MOTENEIRO
(TUTOR ACADÉMICO)


EST. SANABRIA MERLI
1727894774


EST. BASURTO SILVANA
1752108686



ANEXO 11: SOLICITUD ENTREGANA Y FIRMADA POR LAS AUTORIDADES CORRESPONDIENTES.



ANEXO 12. DISEÑO DE UN MENU CON LOS TIEMPOS DE COMIDA QUE FUE IMPRESO Y ENTREGADO.

DEDICATORIA

El proyecto realizado durante este tiempo con esfuerzo, tiempo y perseverancia nos honrar dedicar a nuestra familia Sanabria, Vera y Farias porque gracias a ellos somos estudiantes que queremos salir adelante profesionalmente, dedicado a ellos porque con su paciencia, esfuerzo, amor, ayuda tanto moral como económico nos ayudado para cumplir de entre estos y muchas más metas que lograremos día a día. Agradecemos también profundamente a nuestros hijos porque sin saber nuestros niños nos han dado un valor impresionante para luchar y salir victoriosas de esta meta que nos trazamos.

Nuestros padres fueron el impulso más principal dentro el periodo de, dos años de estudio y perseverancia por tal razón nos hace importante dedicar nuestro proyecto. También dedicamos nuestro trabajo a todos los docentes que nos ayudado a llegar a este punto de nuestra carrera, fueron personas quienes nos guiaron e instruyeron aportándonos con su conocimiento y experiencia aportando así el mejor aprendizaje de los mejores docentes que hemos podido conocer.

AGRADECIMIENTO

Durante esta trayectoria cruzamos por muchas situaciones y personas que nos han impulsado en este camino en el ámbito de la salud por lo cual es importante agradecer primeramente a Dios nuestro señor por darnos salud, vida y ganas de salir delante de manera honrada con esfuerzo y dedicación. También nuestro agradecimiento es para con nuestros padres, hermanos y familiares más cercanos que nunca ha faltado de ellos su apoyo ya que nunca faltó una palabra para que nosotras podamos cumplir este anhelo profesional y nuestros padres que se han esforzado día a día para darnos la instrumentación necesaria ya que al igual para nosotros, también para ellos es un sueño vernos cumplir estas metas establecidas ya que nuestros logros también son de ellos.

Al mismo tiempo queremos agradecer a nuestros instructores de proyecto de grado a nuestro Lcdo. Cristhian Sánchez, Lcda. Vanessa Motenegro y Lcda. Paola Vera por su enseñanza para este trabajo.

Su orientación, persistencia, paciencia y su manera de trabajar con nosotras nos ha motivado para realizar este trabajo que se ha basado principalmente en crear un cambio y que por ellos nos han inculcado responsabilidad académica para complementar este trabajo.

Finalmente agradecemos a nuestras amistades, compañeros de carreras, docentes de prácticas que nos han ayudado a crear de nosotras excelentes profesionales para el cuidado de una vida.

INDICE

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.....	4
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO	6
INDICE.....	7
RESUMEN	9
ABSTRAC.....	10
KEYWORDS:	10
INTRODUCCION.....	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
PROBLEMA CIENTIFICO	14
PREGUNTAS CIENTIFICAS O DIRECTRICES.....	15
OBJETIVO GENERAL	16
OBJETIVOS ESPECIFICOS	16
JUSTIFICACIÓN.....	17
CAPITULO 1. MARCO TEORICO	19
1.1 ANTECEDNETES.	19
1.2 TEORIZANTE Y LA CORELACION AL TEMA DE DICHO PROYECTO.....	20
1.2 MARCO TEORICO.....	22
1.3.1 LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN	23
1.3.2 LA DESNUTRICIÓN	25
1.3.3 COMO INFLUYE LA ALIMENTACIÓN EN EL CRECIMIENTO Y EL DESARROLLO	26
1.3.4 1000 DIAS DE ORO: DIAS QUE MARCARAN LA VIDA DEL BEBÉ.....	27
1.3.5 IMPORTANCIA DENTRO DE ESTOS PRIMEROS 1000 DIAS.	28
1.3.6 SISTEMA NOVA	28
1.3.7 IDENTIFICACIÓN DE ALIMENTOS ESPECIALMENTE PROCESADOS.....	29
1.3.8 ACTIVIDAD FÍSICA.	30
1.4 GLOSARIO.....	31
1.5 CONTEXTUALIZACION.	34
CAPITULO 2. METODOLOGIA.....	36
2.1 TIPO DE INVESIGACION.....	36
2.1.1. INVESTIGACION CUANTITATIVA.....	36
2.1.2. INVESTIGACION CUALITATIVA.....	36
2.1.3. INVESTIGACION MIXTA.....	36

2.2 TIPO DE ESTUDIO DE LA INVESTIGACION.	37
2.3 POBLACIÓN, UNIDADES DE ESTUDIO Y MUESTRA.....	37
2.3.1 POBLACION:.....	37
2.3.2 MUESTRA:.....	37
2.4. INDICADORES O CATEGORIAS A MEDIR	38
2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.....	38
2.6 PROCEDIMIENTO DE INVESTIGACION.	39
24/07/2024	39
PRIMERO CHARLA REALIZAMOS LA SIGUIENTE ACTIVIDAD:	39
2.7. ANALISIS DE DATOS.....	40
2.8. CONSIDERACIONES ETICAS.	45
3.1 FUNDAMENTO DE PROPUETA.....	47
3.2 PRESENTACION DE LA PROPUESTA.	48
PRIMERA CHARLA:.....	48
3.2.2. SEGUNDA CHARLA:	48
3.3.3. TERCERA CHARLA:	48
3.3. EJECUCION DE LA PROPUESTA.	50
CONCLUSIONES.....	55
RECOMENDACIONES	57
BIBLIOGRAFIAS.....	59
ANEXOS	64

RESUMEN

Entre mayo y julio de 2024, se llevó a cabo un proyecto en el Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa” con el objetivo de promover la buena alimentación en niños de 1 a 3 años a través de estrategias preventivas. El proyecto surgió debido a la creciente preocupación sobre la nutrición infantil, evidenciada por la falta de hábitos alimenticios adecuados en el centro y las deficiencias nutricionales observadas en estudios previos. El objetivo general fue capacitar a los educadores del centro en prácticas de alimentación saludable mediante charlas educativas, materiales informativos y actividades recreativas. La metodología incluyó la realización de una pre-encuesta para evaluar las prácticas alimenticias actuales, la implementación de talleres sobre nutrición balanceada, y la evaluación del conocimiento adquirido mediante encuestas post-intervención. Los resultados destacaron una mejora significativa en el conocimiento de los educadores sobre nutrición y una mayor adopción de prácticas alimenticias saludables en el centro. El proyecto demostró la importancia de la educación continua en nutrición para mejorar la salud y el desarrollo de los niños, contribuyendo así a un entorno más saludable y educativo.

PALABRAS CLAVE: Nutrición infantil, estrategias preventivas, educación alimentaria, desarrollo infantil, Centro de Desarrollo Infantil “Kushi Wawa”.

ABSTRAC

Between May and July 2024, a project was conducted at the “Kushi Wawa” Child Development Center with the aim of promoting good nutrition for children aged 1 to 3 years through preventive strategies. The project was prompted by growing concerns about child nutrition, highlighted by inadequate dietary habits at the center and observed nutritional deficiencies in previous studies. The general objective was to train center educators in healthy eating practices through educational talks, informational materials, and recreational activities. The methodology included conducting a pre-survey to assess current dietary practices, implementing nutrition workshops, and evaluating the acquired knowledge through post-intervention surveys. Results highlighted a significant improvement in educators' nutritional knowledge and a greater adoption of healthy eating practices at the center. The project underscored the importance of ongoing nutrition education to enhance children's health and development, contributing to a healthier and more educational environment.

KEYWORDS: Child nutrition, preventive strategies, dietary education, child development, “Kushi Wawa” Child Development Center.

INTRODUCCION

Como parte importante del crecimiento de los niños del país y a nivel del mundo, debemos priorizar buena alimentación por lo que es indispensable brindar productos que aporten vitaminas y minerales para un crecimiento aprovechable y ayudándolos alimentarse desde pequeños crearemos buenos hábitos de nutrición en ellos.

A los niños menores de tres años se les hace complicado consumir algunos productos ya sea porque les parezca ácido, mal sabor, insípido, etc, para lo que a nosotros los padres se nos hacen complicado al momento de servir el plato, pero es importante implementar productos ricos en nutrientes para su desempeño durante sus actividades diarias.

En Ecuador, tenemos varios centros de desarrollo infantil aproximadamente 1990 a cargo del Ministerio de inclusión económica y social acogiendo a niños menores de hasta 36 meses de edad según el MIES en una entrevista realizada con reporteros de “ECUAVISA” (02 SEPTIEMBRE 2023) para lo que los docentes deben estar capacitados para enseñar, crear juegos para el aprendizaje pero también es indispensable brindar una buena alimentación para que su aprendizaje sea fundamentado en la experiencia adquirida por lo enseñado pero también, al nosotros brindar un plato equilibrado en nutrientes no solo ayuda a su aprendizaje sino que también contribuye al sistema inmunológico, mantiene un mejor semblante, previene enfermedades crónicas y/o hereditarias, ayuda al buen ánimo y principalmente atribuye a mantenerse con energía todo el día; por tal razón en el plato debemos proporcionar como parte importante una buena proteína, acompañado de un carbohidrato ayudándonos de grasas saludables que nos aportan vitaminas y energía al igual que es vital tomar agua todo el día ya que los niños juegan y se mantiene ocupados en actividades por lo que es importante mantenerse hidratado.

Para lo cual este proyecto basado principalmente en la buena alimentación en niños de 1 a 3 años de edad se basará en atribuir buenos hábitos en la alimentación y como primer paso

realizaremos una investigación pertinente para conocer sobre factores que influyan en el país sobre la alimentación en las guarderías, como ya tenemos una guardería predispuesta que es de gran ayuda para realizar nuestro proyecto aportaremos con bases importantes por medio de una charla en la que se hablará de la importancia de una buena alimentación principalmente para las edades mencionadas.

En la charla se priorizará pautas importantes como, que es una buena alimentación en los niños, que debe llevar un plato adecuado a la edad de los niños con sus porciones adecuadas, trucos para no repetir el mismo producto dentro de la semana y para aminorar esta charla llevaremos a cabo, actividades recreativas y/o lúdicas esto lo haremos una vez ya dada la charla; las educadoras (palvularias) armaran el plato saludable con sus porciones, reventaran globitos que tienen papelitos con preguntas que deben ser contestadas con sus propias palabras y para terminar con la charla y las actividades entregaremos unos folletos a cada educadora explicándole lo que contiene y otorgaremos un certificado emitido por el “Tecnológico Universitario Rumiñahui” al mérito de a ver participado en esta charla.

Todas estas actividades se realizarán con el fin de concientizar sobre la importancia de la alimentación en niños menores de tres años ya que es la etapa del pleno desarrollo y de aprendizaje por lo que es un buen aporte el priorizar alimentos ricos en vitaminas, hierro, fibra, minerales etc, ya que de esta manera también evitamos el riesgo de enfermarse muy seguido por enfermedades comunes como anemia, gripa entre otras pero también ayudamos a evitar el sobrepeso o la desnutrición por tal razón el objetivo es contribuir e incentivar que a los niños debemos de cuidar en su alimentación para su desarrollo tanto físico como intelectual evitando así, en el futuro consecuencias irreparables.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Globalmente, la disponibilidad de alimentos está influenciada por factores socioeconómicos y culturales, lo que dificulta proporcionar una nutrición adecuada a los niños debido a limitaciones financieras, lo que resulta en la aparición de enfermedades que afectan gravemente a los niños con altas tasas de morbilidad y mortalidad.

De acuerdo con la autora, Erika Medina (abril 2023), Afirma que el 84.9% de los padres, madres y cuidadores de niños menores de 2 años tienen un conocimiento medio y alto sobre alimentación complementaria. Además, el 90.9% de los niños estudiados tienen un Índice de Masa Corporal (IMC) normal, el 72.7% tienen una talla normal para su edad, y el 84.8% tienen un peso adecuado para su edad.

Según Asencio y Muñoz (2012), Dijeron que los datos estadísticos de las encuestas realizadas a madres y cuidadores de guarderías muestran que el 81% de los preescolares encuestados llevan una alimentación balanceada, mientras que el 7% consume principalmente carbohidratos y ningún niño consume comida chatarra. Además, el 12% manifestó desconocimiento sobre su alimentación.

Según Llumiquinga (2013) mostro que, la evaluación antropométrica de 223 niños de 9 a 59 meses en un centro de desarrollo infantil reveló que el 71% presentaba desnutrición por bajo peso, el 17% por talla baja, y el 12% estaba bien nutrido.

Según Meléndez (2006), la evaluación antropométrica inicial de niños en guarderías mostró que el 10% tenía malnutrición según el indicador peso para la talla. Además, un 9.5% de los niños en guarderías presentaban desnutrición, lo que se considera alto dado el contexto de alimentación proporcionada en dichas instituciones.

Conforme con el autor Rubio (2015) y la Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE 2011-2012), se encontró que 2 de cada 10 niños y adolescentes de 2 a 17 años tenían sobrepeso y 1 tenía obesidad. Además, el 61.4% de la población consumía fruta diariamente y el 45.8% verduras. Comparativamente, en un estudio se observó que el 12.55% de los niños tenían sobrepeso antes de una intervención, pero después de la misma, no había sobrepeso en un grupo y solo un 6.67% en otro. El consumo diario de frutas y verduras en este estudio fue de 0.18 y 0.82, respectivamente.

PROBLEMA CIENTIFICO

Dentro de los últimos años según (UNICEF 2019) declaro que tenemos a niños en desnutrición a 1 de cada 3 niños menores de cinco años de edad y dos de cada tres menores de dos años no tiene una alimentación adecuada para lo cual en los próximos años estarán en desnutrición. La mala alimentación ha existido toda la vida ya sea por situaciones económicas, guerras, desastres naturales que dejan a muchas personas en situación de pobreza extrema afectando significativamente hacia un buen aprendizaje, problemas de salud como hipertensión y/o diabetes en su adultez.

Gracias a (UNICEF 2021) encontramos datos importantes sobre la mala alimentación en Ecuador realizada por la Encuesta Nacional sobre Desnutrición Infantil 2023 comentando que, un 20,1 % dentro de los niños menores de dos años de edad tienen esta dificultad que afecta a la productividad de nuestro país para lo cual se tiene como pronóstico de larga duración. Pero, también en nuestro país Ecuador se ha creado un aproximado de doce programas en relación a la buena alimentación y una vida sana pero a pesar de eso la curva de la DCI principalmente en menores de cinco años lamentablemente no reduce.

Para lo que nosotros los ecuatorianos nos preguntamos, se podrá hacer algo más por nuestro país y que los niños puedan comer plenamente para así, favorecer a un buen desarrollo y crecimiento.

PREGUNTAS CIENTIFICAS O DIRECTRICES

1. ¿Podremos cambiar la perspectiva de crear hábitos saludables de alimentación e implementarlos en nuestros niños?
2. ¿Obtendremos resultados positivos una vez dada la charla en el centro infantil?
3. ¿Será de gran ayuda en la entrega del menú como una forma de guía para crear más platillos para los niños de dicha guardería?
4. ¿Los niños de dicha guardería, tendrán mejor desarrollo motor y una energía oportuna para las actividades de su vida diaria?

OBJETIVO GENERAL

Brindar estrategias de prevención para promover la buena alimentación en la guardería “kushi Wawa” por medio de una charla basada en buenos hábitos alimenticios para los niños menores de tres años instruyendo a las docentes palvularias, para implementar hábitos que favorezcan al desarrollo pleno y saludable de los niños.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ❖ Implementar una pre - encuesta para saber qué tipo de alimentos brindan a los niños a su cuidado.
- ❖ Educar sobre los beneficios de una alimentación balanceada y variada que aporten al crecimiento y desarrollo del niño.
- ❖ Proporcionar acceso a programas de apoyo y recursos para adoptar hábitos alimenticios saludables
- ❖ Como parte de las charlas socializaremos con juegos recreativos que ayudan a un mejor aprendizaje y desenvolvimiento creando un conocimiento invaluable.
- ❖ Evaluar por medio de una encuesta, el conocimiento adquirido durante la charla.

JUSTIFICACIÓN

El querer alimentarse saludablemente es complicado en cada parte del mundo ya que existen factores económicos, sociales y/o culturales en los que se ve afectado el alimento de los niños. En las guarderías o Centros de Desarrollo Infantil durante los últimos tiempos se han evidenciado anomalías en los alimentos entregados refiriéndose a productos en mal estado, alimentos vencidos o a su vez brindar pocas porciones en los platos de los niños.

Así nos aferramos a este tema porque es la realidad en la que vivimos muchos niños menores que tienen mala alimentación o, a su vez, son escasas y nulas en nutrientes, minerales y vitaminas que contribuyen favorablemente a un buen crecimiento y desarrollo de los niños.

En este proyecto los beneficiados serán, los niños menores de tres años del Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA” ubicado en la provincia de Napo canto “El Tena” ya que sus docentes palvularias por medio de la charla ayudaran a estos niños alimentarse de mejor manera con las porciones adecuadas, basado de un menú que se les será facilitado para que de esta manera existan menos enfermedad, menos riesgo de sobre peso, evitar la anemia entre otros factores.

A nivel comunitario los padres sabrán que dejan a sus hijos en buenos centros infantiles, a nivel personal nos sentiremos agradas de ayudar con un granito de arena a la buena salud de los niños del Ecuador y a nivel institucional lograremos ser reconocidos a nivel provincial.

Para finalizar, esta charla tiene como objetivo el promocionar hábitos de alimentación buenos para un buen desarrollo de los niños ya que son el futuro de cada nación.

CAPITULO
1

CAPITULO 1. MARCO TEORICO

1.1 ANTECEDENTES.

A nivel de países, están afectados en el ámbito de malnutrición recalando que madres lactantes, niños y adolescentes están expuestos a una mala alimentación. El buen desarrollo de la nutrición, comienza alrededor de los 1000 días que transcurren entre la concepción y el segundo año de vida ayudando a que goce de salud plena desarrollándose física e intelectualmente como necesita. (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, 2020).

La malnutrición por deficiencia, tiene tres indicadores más utilizados que son el bajo peso por la edad y/o desnutrición global; talla baja para la edad o desnutrición crónica y bajo peso para su talla o desnutrición aguda. En Argentina, Brasil, Chile y Jamaica expone una prevalencia de desnutrición mundial bajo 2,5%, mientras que, en el otro extremo, más del 10% de los niños de Guatemala, Guyana y Haití muestra esta problemática. También comenta que, la desnutrición crónica es un problema en la mayoría de los países contando con un 67% y el 10% sufre de desnutrición. Por lo que se deduce que en la región teniendo a más de 7 millones de infantes con desnutrición crónica. (NACIONES UNIDAD 2018).

A nivel mundial se ha creado un cambio ya que según el autor Gonzales. L & Guevara. M (2024) menciona en los datos de la UNICEF, causas esenciales de una mala alimentación debido a factores como la inseguridad al alimentarse en casa, no hay atención adecuada con los alimentos dados o que en entorno existen costumbres arraigadas.

Niños, alimentos y nutrición, es lo que les hace falta a cada tres niños menores de cinco años o más de 200 millones están con el dilema de desnutrición o sobrellevan un peso inadecuado, haciendo que 2 de cada 3 niños entre seis meses y dos años no obtienen alimentos que favorezcan al crecimiento rápido de sus cuerpos y cerebro situación puede perjudicar su desarrollo cerebral, interferir con su aprendizaje, debilitar su sistema inmunológico y aumentar el riesgo de infección y, en muchos casos, de muerte. (UNICEF 2019).

Según la revista “PRIMICIAS” (2024) Pabel Muñoz alcalde del municipio de Quito en los centros infantiles “QUITO CUNAS” ha existido varias denuncias sobre presuntas corrupciones con la entrega de alimentos malos e infraestructuras no adecuadas, reconociendo una debilidad en el modelo de gestión de este servicio que es gratuito atendiendo a más de 4.000 niños.

1.2 TEORIZANTE Y LA CORELACION AL TEMA DE DICHO PROYECTO.

La teorizante, Virginia Henderson modificó la valoración inicial del paciente aplicando 14 necesidades básicas del ser humano, enfatizando la alimentación y nutrición como elementos compensatorios para acomodar las actividades metabólicas y digestivas. La desnutrición en ser humano puede afectar transcendentalmente al desarrollo pleno y crecimiento favorable, en niños menores de cinco años impidiendo la formación de nuevas células sanguíneas por lo que es indispensable incluir en tu dieta alimentos en su estado natural es decir sin ser procesados por ningún tipo de procesador para de esta manera conservar sus vitaminas, minerales, carbohidratos y proteínas que activan el organismo de nuestro cuerpo y fortalece a nuestro sistema inmunológico, que es susceptible a cierto tipo de enfermedades oportunistas pero que también contribuye al desarrollo físico, cognitivo, lenguaje, motor y social del niño. (DEYSI SINCHIRE CAPA¹. KATHERINE SAMANIEGO CARRIÓN². ERIKA LIMA MIRANDA³. MARZO - 2020).

Nuestra teorizante, Virginia Henderson nació en el año de 1897 en Kansas City, Missouri, y tuvo su deceso por marzo de 1996. Su interés por la enfermería tiene importancia en el tiempo de la primera Guerra Mundial. En 1918 ingresó en la Army School of Nursing de Washington D.C, donde fue graduada por el año 1921 y aceptó el cargo como enfermera de plantilla en el Henry Street Visiting Nurse Service de Nueva York. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014).

La docencia comienza por el año de 1922, dando sus primeras clases de enfermería en Norfolk. Protestant Hospital de Virginia. Entra en el Teacher College de la Universidad de Columbia, donde saco su licenciado en maestra y en cuya estancia revisa la cuarta edición del Principies and Practice of Nursing, de Bertha Hamer, después de la muerte de ésta. La quinta edición del texto fue publicada en 1955 y contenía la propia definición de Enfermería de Henderson. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014)

Por el año de 1929 laboró como supervisora docente en las clínicas del Strong Memorial Hospital de Rochester, Nueva York, y en 1953 ingresa a la prestigiosa Universidad de Yale, donde desarrolló sus principales colaboraciones en base a la investigación de enfermería y donde permaneció de manera activa, asociada emérita de investigación hasta la década los 80. (AMEZCUA. M NOVIEMBRE - 2014)

Una alimentación basada en nutrientes como por ejemplo basado en vitaminas, minerales, calcio etc, que nos brinden energía, buen semblante, pensamiento más funcional, corazón libre de enfermedades y que nos mantenga activos durante todo el día y actividades recurrentes.

Dentro de las 14 necesidades de Virginia Henderson nos habla de la alimentación e hidratación y es que es importante que el ser humano se alimente de manera apropiada para tener una salud optima por lo que se relaciona con los objetivos previos de este proyecto que es implementar hábitos de alimentación sana a los niños del centro infantil siendo vital, poner en practica desde pequeños ya que están en edad de pleno desarrollo y aplicando esto en el niño crecerá apropiadamente en aspectos físicos como intelectuales.

En Ecuador es beneficioso crear este tipo de iniciativas ya que tenemos muchos niños con desnutrición infantil grave por muchos factores socioeconómicos que limitan alimentarse pero hablando en aspectos de guarderías es primordial cuidar la alimentación de los mismos ya que según lo investigando también en las guarderías de nuestro Ecuador debemos poner atención a la alimentación que se da los niños por lo que se brindara estrategias de buena alimentación para prevenir de esta manera enfermedades aumentando así las defensas de su sistema inmunológico y desarrollo intelectual para su futuro.

1.2 MARCO TEORICO.

Durante el tiempo, los bebés prematuros tienen peores resultados de salud que los bebés nacidos a término por lo que se ha documentado un riesgo mayor de sufrir problemas emocionales, conducta y dificultad en la cognición, aprendizaje, atención, memoria y una calidad de vida no muy buena. (A, 2023)

Entre otras preocupaciones puede ser el estrés familiar, que está relacionado con el aumento de peso y comportamiento alimentario de los bebés prematuros. Con frecuencia, en el ámbito de salud de atención primaria formulan preguntas sobre el crecimiento y nutrición en que los bebés prematuros, menores de 32 semanas tienen signos de trastornos alimentarios. Durante los años preescolares y escolares suelen presentar vómitos, atragantamientos, dificultad para comer o aceptar ciertas texturas o consistencias y lento aumento de peso; pero también implica que no tenemos muchos estudios sobre niños prematuros de edad media y tardía. Aunque algunos autores también han encontrado problemas en este grupo, otros han llegado a la conclusión de que el parto prematuro de moderado a tardío tiene poco o ningún efecto sobre la conducta alimentaria. Por otro lado, la mayoría de los estudios evaluaron la alimentación entre los 12 y 24 meses de edad. (A, 2023)

La baja calidad en los primeros años de vida se asocia con una peor calidad nutricional. Martinoli et al. Encontraron que las mujeres prematuras tenían una peor calidad nutricional que sus pares a los 24 años de edad. (A, 2023).

1.3.1 LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

La alimentación es la evolución mediante el ser humano toman sustancias del mundo exterior con nutrientes indispensables para un buen funcionamiento del organismo, siendo sustancias que aportan un buen balance nutricional para una correcta salud del individuo, de la misma manera una mala alimentación puede aumentar la posibilidad de una enfermedad de corto o largo plazo reduciendo así, las defensas de nuestro sistema inmunológico afectándose el desarrollo físico y mental.(Martínez, A; Pedron, C, 2016).

La nutrición es un aspecto de interés en la salud y desarrollo asociándose con bebés, niños y madres, embarazos y partos más seguros, reduciendo el riesgo de enfermedades no transmisibles como diabetes y enfermedades cardiovasculares y una esperanza para una vida más larga; Los niños sanos aprenden mejor y las personas bien alimentadas son más productivas creando oportunidades para romper con el ciclo de escasez y hambre. (SALUD, 2024).

La malnutrición es una gran amenaza para la salud humana ya que se enfrenta a una gran carga de enfermedades relacionadas con la desnutrición, obesidad, sucediendo especialmente en países de ingresos bajos y medianos. (SALUD, 2024)

Según la Organización Mundial de la Salud (2020), nutrición refiere a la ingesta de alimentos en relación a las necesidades nutricionales de nuestro organismo basada en una dieta adecuada y equilibrada ayudándonos también del ejercicio físico diciendo así, que la nutrición se basa en el proceso por el cual nuestro cuerpo utiliza los alimentos para mantenerlo en buen estado y reparar las zonas dañadas y para lograr esto, requiere de una variedad de procesos incluyendo la absorción, asimilación y transformación de alimentos para permitir que nuestro cuerpo absorba los nutrientes para el mantenimiento, el crecimiento y el funcionamiento normal. (VITALIA, 2020).

Existen diferentes tipos de nutrientes, cada uno con una función diferente:

MACRONUTRIENTES: Son nutrientes que necesitamos en grandes cantidades y/o porciones dentro de están incluyen las proteínas, carbohidratos y grasas. (C., s.f.)

MICRONUTRIENTES: Nutrientes que sólo necesitamos en cantidades muy pequeñas encontrando en suplementos que contengan estos nutrientes en mínima cantidad de vitaminas y minerales. (C., s.f.)

Cuando la alimentación acaba, empieza la nutrición la cual consiste en un proceso inconsciente del cuerpo en el que se recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas que contiene los alimentos, estos son ingeridos, degradados tanto física como química y después ser absorbidos y pasados a la sangre siendo que, la nutrición se divide en la ingestión, digestión y absorción.

La digestión es el mecánico en lo que consiste masticar, deglutir, peristasis y defecar, el segundo es el químico que intervienen las enzimas, saliva y ácido digestivo, proceso en el que la boca y los dientes se encargan de triturar los alimentos y mezclarlos con la saliva para así formar el bolo alimenticio bajando al estómago y esófago por lo que en el estómago el alimento es diluido y digerido paulatinamente hasta que queda una solución de ácido clorhídrico, enzimas y partículas alimenticias llamadas quimo.

El quimo baja por el intestino delgado, en el duodeno el cual es la primera parte del intestino, sirve para mezclar el quimo con los jugos que provienen del páncreas y la bilis por siguiente alcanza el intestino grueso cada vez más diluidos, al final los alimentos no digeridos pasan al recto para poder ser expulsados por el ano. La absorción de los nutrientes se produce principalmente en el intestino delgado los cuales son azúcares, minerales, vitaminas, proteínas, grasas e hidratos de carbono; estos pasan a la sangre para que puedan llevar a cada una de las células y así poder utilizarlos como energía.

Los nutrientes son sustancias química contenidas en los alimentos que el cuerpo utiliza para que las células se alimenten, adquieran energía y lleve a cabo sus funciones correctamente, cada nutriente cumple una función específica en el cuerpo:

- ❖ Los más importantes son las macronutrientes ya que los necesitamos en grandes cantidades estos están formados por: proteínas, hidratos de carbono y grasas.

- ❖ Los que se necesita en cantidades pequeñas pero no menos importantes son los micronutrientes están formados por vitaminas y minerales.

- ❖ Otros componentes como el agua y la fibra siendo necesarios en cantidades adecuadas.

- ❖ No existe en si ningún alimento que nos proporcione todos los nutrientes en cantidades necesarias es preciso elaborar una dieta que equilibre las necesidades básicas de cada individuo.

1.3.2 LA DESNUTRICIÓN

Según (UNICEF, S.f.) la desnutrición se define como “Estado patológico resultante de una dieta deficiente en uno o varios nutrientes esenciales o de una mala asimilación de los alimentos”.

Es decir que la desnutrición es una carencia de uno o más nutrientes esenciales en el cuerpo del individuo los principales signos son el bajo peso, piel seca e inelástica. Existen 2 tipos de desnutrición, el primero es la desnutrición aguda la cual se caracteriza por una delgadez extrema resultado de periodos expiemos de hambruna o alguna enfermedad que pueda producir esto y el tipo más importante que afecta a nivel mundial es la desnutrición crónica la cual está relacionada con situaciones de pobreza y no tiene límite de tiempo además afecta al individuo desde sus inicios

y a largo plazo es muy difícil corregir ya que afecta a su desarrollo es decir causa muchas afecciones a largo plazo.

Además se ha escuchado el término mal nutrición solo que esta engloba a la deficiencia y el exceso de las calorías produciendo así desnutrición o también sobrepeso, es decir es el desequilibrio entre los nutrientes que necesita el organismo y los que ingerimos.

Sabiendo todo esto podemos comprender que la base del desarrollo humano es la nutrición correcta la cual ayuda al crecimiento y desarrollo saludable desde niños ya que es la edad en la que se produce para el resto de la vida. Es decir que hablando de la desnutrición crónica esta afecta más a niños la cual tiene repercusiones de por vida es así como se crea su concepto el cual se refiere a un retraso del crecimiento que afecta el desarrollo del niño tanto físico como cognoscitivo.(Unicef ecuador, 2019).

Esta puede comenzar en el embarazo es decir antes que el niño nazca, teniendo así consecuencias en el desarrollo físico y cognitivo del niño y así repercusiones en su educación impidiendo que pueda aprender con normalidad poniendo en gran riesgo su futuro.

1.3.3 COMO INFLUYE LA ALIMENTACIÓN EN EL CRECIMIENTO Y EL DESARROLLO

El crecimiento humano se define como el proceso fisiológico que produce una serie de cambios físicos visibles en el cuerpo, en cambio el desarrollo se define como la adquisición de nuevas habilidades. Para que esto suceda normalmente debe existir un aporte adecuado de energía y nutrientes esenciales en el cuerpo de cada individuo en base a sus necesidades básicas. es decir, la nutrición es la base fundamental a lo largo de la vida de una persona pero es más importante en el caso de los niños desde su nacimiento y durante sus etapas importantes de crecimiento.

Los nutrientes esenciales desempeñan un papel fundamental en el desarrollo cognitivo de los niños ya que son necesarios para el funcionamiento adecuado del cerebro es decir que la falta de estos pueden tener un impacto negativo en la memoria y así dañar la capacidad de aprendizaje de un niño.

La nutrición también es esencial para el crecimiento físico ya que en esta etapa los niños presentan un crecimiento rápido y así una dieta equilibrada basada en proteínas, grasas saludables, vitaminas, minerales proporciona lo necesario para el desarrollo adecuado de huesos, músculos y órganos. (CHOQUE B, 2023).

1.3.4 1000 DIAS DE ORO: DIAS QUE MARCARAN LA VIDA DEL BEBÉ.

Los primeros 1000 días de un niño es un período que comienza desde la concepción de la madre hasta sus 2 años del niño/a. Los expertos coinciden en la gran importancia que es en este periodo de su vida, por lo que, parte de su futuro se determinará dentro de esta etapa. (S.A., 2024).

Por eso es tan importante que tanto los padres como sus cuidadores protejan de mejor manera a sus bebés, tanto física como emocionalmente. Esta campaña se diseñó por el año 2016 con el objetivo de concienciar a madres, padres y adultos responsables del cuidado de niños/as sobre el cómo influye los primeros años de vida teniendo en cuenta que la familia es el principal factor para el desarrollo óptimo del niño durante el embarazo y los dos primeros años del niño/a. (UNICEF, s.f.)

1.3.5 IMPORTANCIA DENTRO DE ESTOS PRIMEROS 1000 DIAS.

- Un ambiente confortable para tu bebé es otro de los pilares de estos 1000 días. El vínculo con los padres, recibir cuidados y atenciones marcará el crecimiento del bebé y determinará el tipo de adulto en el que se convertirá. (S.A., 2024).

- Proporcionar con ayuda del juego la estimulación necesaria, para que los niños puedan desarrollarse plenamente a nivel cognitivo ya que existen muchos estudios que demuestran que al estimular con diferentes habilidades, como la socialización, organización, regulación emocional, estimulación del lenguaje, habilidades matemáticas o la capacidad de afrontar el estrés. (S.A., 2024)

1.3.6 SISTEMA NOVA

El sistema NOVA se divide en cuatro niveles:

1. Alimentación no procesada se caracterizan por no estar sometidos a procesamiento industrial y no contener sustancias y con esto, prolongar la vida útil de cereales, frutas, verduras, frutos secos, carne y otros alimentos. (CHOQUE B, 2023)

2. Componentes de cocina procesados, como los aceites y grasas, azúcares y sales alimentos que fueron agregados para sentir su sabor y olor. (CHOQUE B, 2023)

3. Alimentos procesados a los que se les ha implementado sal, azúcar y grasas para aumentar su estabilidad y sabor para cambiar sus propiedades sensoriales. Productos o alimentos especialmente procesados desarrollados industrialmente, incluidos azúcar, aceite, proteínas, almidón y fibra. (CHOQUE B, 2023)

4. Se obtienen triturando hortalizas como maíz, soja, caña de azúcar o remolacha azucarera y cadáveres de animales, a menudo procedentes de ganadería intensiva. (CHOQUE B, 2023)

1.3.7 IDENTIFICACIÓN DE ALIMENTOS ESPECIALMENTE PROCESADOS.

Según Monteiro (2019) y Popkin (2020), son sabrosos y muy adictivos, pero también estos productos, carecen de cualidades nutricionales y son destructivos para el medio ambiente y para nuestro cuerpo. Estos incluyen los chocolates dulces o salados pasteles, espagueti y pizza. Estos alimentos son altamente procesados en países con un desarrollo que está impulsado por la sustitución de alimentos listos para ingerirlos los mismos que provocan un suministro desequilibrado de nutrientes y consumo excesivo de calorías. Los alimentos y bebidas altamente procesados son niveles más altos de azúcar libre, grasa total, grasa saturada, sodio y niveles más bajos de proteínas, fibra dietética, minerales y vitaminas (OPS, 2019; Popkin, 2020). (CHOQUE B, 2023).

1.3.8 ACTIVIDAD FÍSICA.

La OMS (2020) menciona que cualquier actividad física que implique activar el músculo esquelético y provoque una pérdida de energía se puede describir como un movimiento físico para lo que es recomendable 30 minutos de actividad moderada al día. La actividad física ayuda mucho a la salud, es importante en la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles como enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y cáncer, mantendremos un peso apropiado y ayuda a una mejor salud mental. (CHOQUE B, 2023)

Pero por otro lado, el sedentarismo que se basa en la falta de actividad o movimiento físico en los niños y adolescentes, se asocia con un aumento de la adiposidad, una mala salud cardiometabólica, aptitud física y comportamiento prosocial, y menos horas de descanso. (CHOQUE B, 2023).

1.4 GLOSARIO.

TERMINO	DEFINICION
UNICEF	Se define como un fondo de las Naciones Unidas para la Infancia promoviendo los derechos de los niños siendo una base del desarrollo humano.
ONU	Sus siglas quieren decir Organización Mundial de la Salud fundada por el año de 1945 con el objetivo de conservar la paz y seguridad internacional.
SALUD	La podemos definir como un bienestar pleno en aspectos físicos, mentales y ambientales de la persona, dando a entender que no se trata de la enfermedad que padece el paciente.
NUTRIENTES	Son componentes de esencial importancia para nuestro cuerpo captados por las células para de ello transformar y procesar.
CONSTITUCION DEL ECUADOR	En Ecuador se lo conoce como normas que todo ecuatoriano debe cumplir para ser un país pacífico teniendo todos derechos y obligaciones que cumplir.
CUERPO HUMANO	Nuestro cuerpo es una estructura compleja y organizada en el que nosotros podemos trabajar teniendo cada una de sus partes funciones específicas.

QUIMO	Es la combinación de comida digerida ya sea agua, enzimas digestivas entre otras que son formadas en el estómago para luego pasar por el intestino delgado en el transcurso de su metabolismo.
ESTOMAGO	Es un órgano que lo encontramos en nuestro cuerpo siendo parte del aparato digestivo que nos ayuda a deglutir los alimentos que son ingeridos.

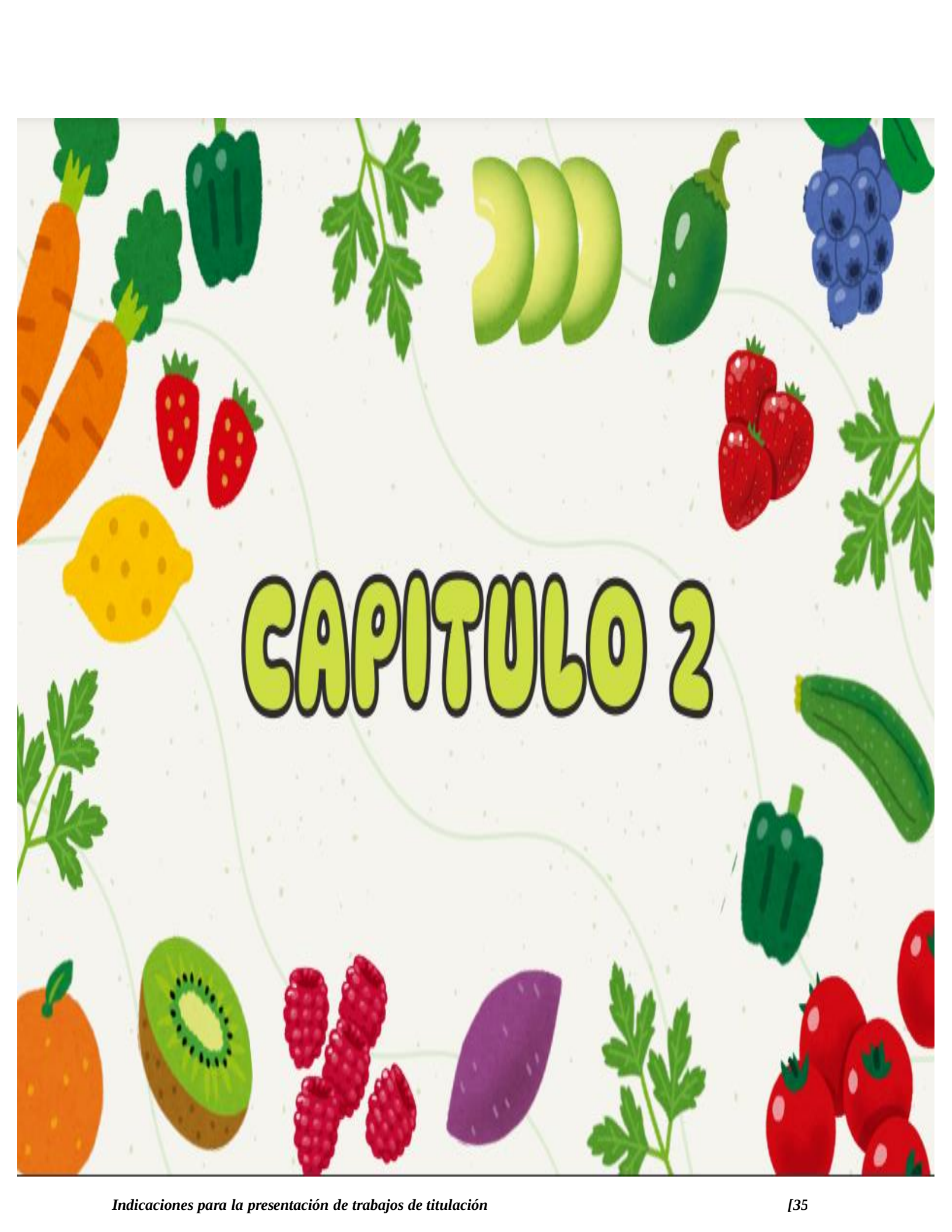
TERMINOS	DEFINICION
VITAMINAS	Son una serie de componentes necesarias para nuestro cuerpo específicamente para su función celular, ayuda al crecimiento y un desarrollo adecuado.
CALCIO	Conocido como un mineral que nuestra estructura esquelética lo necesita para su formación y función adecuada.
MINERALES	Estos minerales como tal, podemos encontrar en las frutas principalmente como tal es indispensable para una correcta función de nuestro cuerpo como puede ser la

	formación de huesos y células sanguíneas, buen desarrollo en el sistema nervioso, etc.
SISTEMA INMUNOLOGICO	Un componente complejo de órganos, celular, tejidos y sustancia que engendran ayudando así, a embestir enfermedades e infecciones producidas a los largo de su vida.
BUEN VIVIR	Un buen vivir en el Ecuador se refiere a una vida plena complementando eufonía interna, armonía social y paz con la naturaleza.
INALIENABLE	No se puede ceder.
INEMBARGABLE	No se puede embargar.
IMPREScriptible	No se puede prescribir.
SIGNOS VITALES	Refiere al desempeño esencial de nuestro cuerpo representando la tensión arterial, frecuencia respiratoria, frecuencias cardiaca y tensión arterial.

1.5 CONTEXTUALIZACION.

Nuestro proyecto como lo hemos mencionado se basa en promocionar buenos hábitos de alimentación en nuestros niños de 1 a 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA”. Un centro que recibe a niños para ser cuidados por personal profesional.

Esta guardería emblemática se encuentra ubicado el nuestro Ecuador amazónico, provincia de Napo, cantón “El Tena” Av. 15 de Noviembre y calle Mariana Montesdeoca barrio Gil Ramírez Dávalos frente a la Cooperativa “OSCUS” en este centro atienden a más de 70 niños siendo una gran responsabilidad de cuidado, brindar alimentación educada e instruir para su futuro durante el tiempo que estén al cuidado de los mismos.



CAPITULO 2

CAPITULO 2. METODOLOGIA

2.1 TIPO DE INVESIGACION.

El enfoque metodológico que se aplicó en este proyecto es cuantitativo ya que es un método que nos facilita a ver de manera factible los resultados de un análisis, recolectando datos que podemos tabular de manera más práctica obteniendo resultados positivos.

2.1.1. INVESTIGACION CUANTITATIVA.

Este tipo de investigación se basa en un método estructurado para recopilar y analizar información obtenida de diversas fuentes. Este proceso se realiza utilizando herramientas estadísticas y matemáticas con el objetivo de cuantificar el problema de investigación. La investigación cuantitativa puede ayudarle a mejorar productos y servicios o a tomar decisiones precisas e informadas que pueden ayudarle a alcanzar sus objetivos.

2.1.2. INVESTIGACION CUALITATIVA

La investigación cualitativa se utiliza para comprender cómo las personas experimentan el mundo. Para comprender o explicar el comportamiento, las motivaciones y las características de un grupo objetivo, los investigadores optan por la investigación cualitativa.

2.1.3. INVESTIGACION MIXTA

La investigación mixta es un método de investigación que recoge, analiza e integra estudios cuantitativos y cualitativos. Este método se puede utilizar cuando se necesita una mejor comprensión del problema de investigación y cada método no se puede proporcionar por separado. (CRISTINA, 2024)

2.2 TIPO DE ESTUDIO DE LA INVESTIGACION.

Dentro de este proyecto tenemos un tipo de estudio descriptivo – observacional pero también dentro de este estudio entra también cuenta con un análisis y/o estudio transversal.

El estudio descriptivo tiene como definición al estudiar fenómenos sociales y/o educativos en una situación temporal y con particularidad determinada, también es un estudio observacional porque dentro de este proyecto lo fundamental es mantenernos y basarnos a los hechos que ocurren y terminando con un estudio transversal porque el proyecto como tal fue elaborado con una recopilación de información dentro de este periodo de estudio.

2.3 POBLACIÓN, UNIDADES DE ESTUDIO Y MUESTRA.

2.3.1 POBLACION:

En el Tena por medio de una investigación se cuenta que, alrededor de 200 docentes palvularias dentro de dicha capital, provincia de Napo trabajan para el cuidado de los niños que se queda en cada centro infantil.

2.3.2 MUESTRA:

En el Centro de Desarrollo Infantil “KUSHI WAWA” ubicando en la av. 15 de noviembre y calle Mariana Montesdeoca barrio Gil Ramírez Davalos frente a la cooperativa Oscus cuentan con 8 docentes palvularias que trabajan en esta entidad para el cuidado de los niños de dicho centro, dicho número representa mi muestra es decir, será con la población que trabaje durante este proyecto.

2.4. INDICADORES O CATEGORIAS A MEDIR

Dentro de estudio de este proyecto hemos catalogado como principal resultado crear un cambio en la alimentación de los niños creando así hábitos de buena salud y alimentación para un excelente futuro por tan razón es parte importante realizar dichas charlas, la entrega de folletos informativos tendrá como objetivo dar a conocer aspectos importante de la buena alimentación en los niños y recomendaciones que serán de buena guía, la idea está centrada en la promoción de la buena alimentación entregaremos una carta con menús que te ayudaran con el objetivo de que los prepare y de ellos, crear más platillos que ayudarán mucho proporcionando nutrientes al sistema de cada niño. Las actividades de recreación será pauta importante para un mejor aprendizaje creando destrezas y nuevo conocimiento para que nuestras palvularias instruidas puedan ponerlo en práctica.

2.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.

Dentro de este proyecto los instrumentos para la recolección de datos utilizamos el método de las encuestas para el análisis de los resultados y que, de cierta manera observamos de alguna manera el problema que se encontraba en dicha entidad, después de ello se tuvo un estudio de las encuestas realizadas por cada una de las docentes palvularias. Estas encuestas se diseñaron en conjunto con los docentes de proyecto y con la misma autorización se validó la encuesta.

La encuesta es una táctica de investigación que nos ayuda a juntar información, datos a través de una serie de preguntas específicas teniendo como objetivo formular hipótesis sobre una población, grupo de referencia o muestra representativa, su propósito es recolectar información valiosa de grupos de interés, y sus respuestas ayudarán a analizar, interpretar y obtener una visión general que ayudará en la toma de decisiones o el desarrollo de estrategias o acciones específicas. (Gómez, 2023).

2.6 PROCEDIMIENTO DE INVESTIGACION.

24/07/2024

PRIMERO CHARLA REALIZAMOS LA SIGUIENTE ACTIVIDAD:

1. Importancia sobre la buena alimentación.
2. Beneficios de una alimentación saludable.
3. ¿porque la comida chatarra es perjudicial para los niños?

25/07/2024

SEGUNDA CHARLA REALIZANDO LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

1. Proporcionar folletos educativos del tema y explicación de los mismos.
2. Tips y recomendaciones para fomentar una buena alimentación en nuestros niños.
3. Actividades lúdicas relacionadas sobre la primera charla para reforzar aprendizaje.

26/07/2024

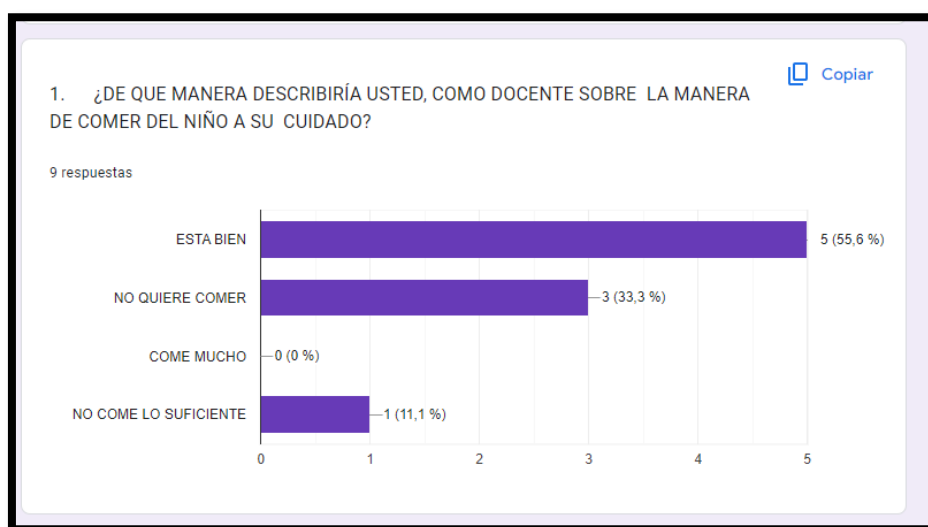
TERCERA CHARLA CULMINADO CON LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES:

1. Entrega de un recetario sobre platillos saludables para los niños.
2. Presentación de una encuesta para evaluar el conocimiento adquirido.
3. Otorgar certificados de asistencia y agradeciendo por la participación.

2.7. ANALISIS DE DATOS.

Al realizar esta primera encuesta nos ayudara a observar las posibles dudas que se puedan hallar por tanto, hemos podido evidenciar ciertas falencias lo cual nos ayudara para de esta manera centrarnos en temas específicos y brindar una mejor charla. Procedemos a tabular todas las respuestas dadas por las docentes palvularias:

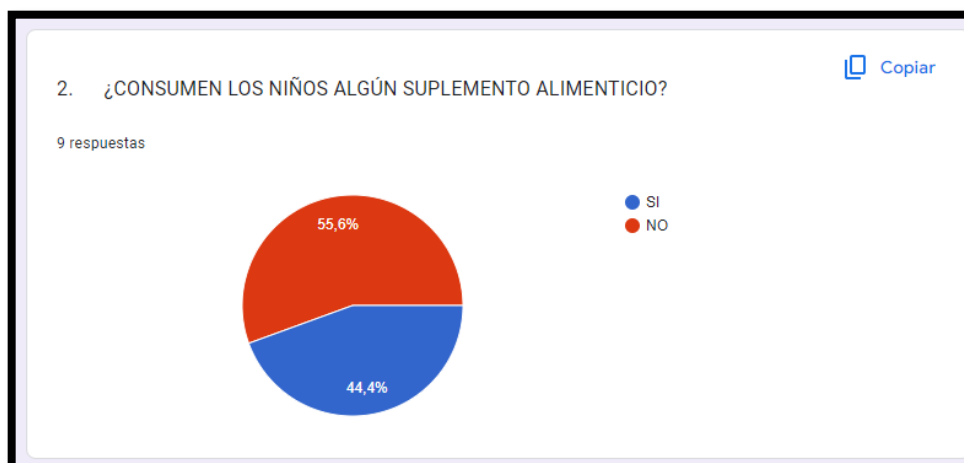
FIGURA 1.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta tabulación como resultado hemos obtenido como respuesta que, la docente palvularia describe que está bien en la manera que come su niño al cuidado con un 55,6% siguiéndole con un 33,3% manifestando los deseos de no querer comer, con un resultado de 0% come mucho y un no come lo suficiente con 11,1% .

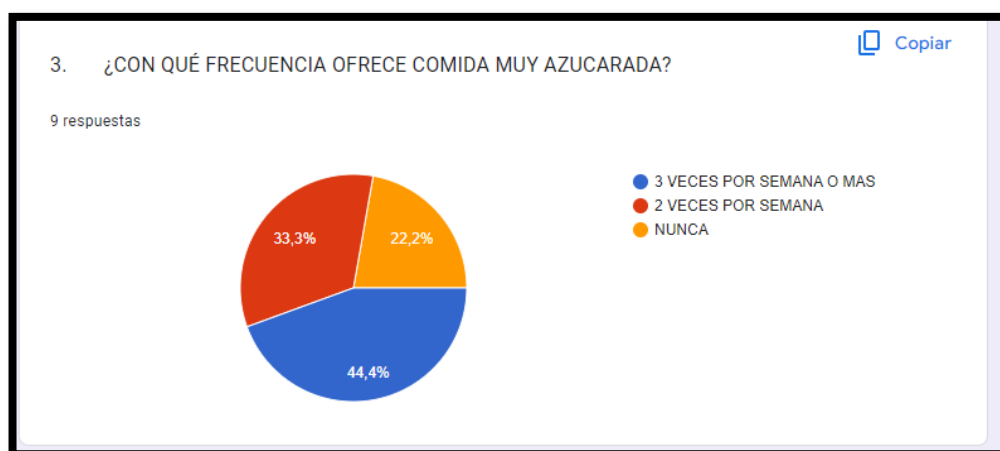
FIGURA 2.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En los siguientes resultados obtenemos con un 55,6% de que no toman algún suplemento en los niños y con un 44,4% que si toman dicho suplemento en algunos niños.

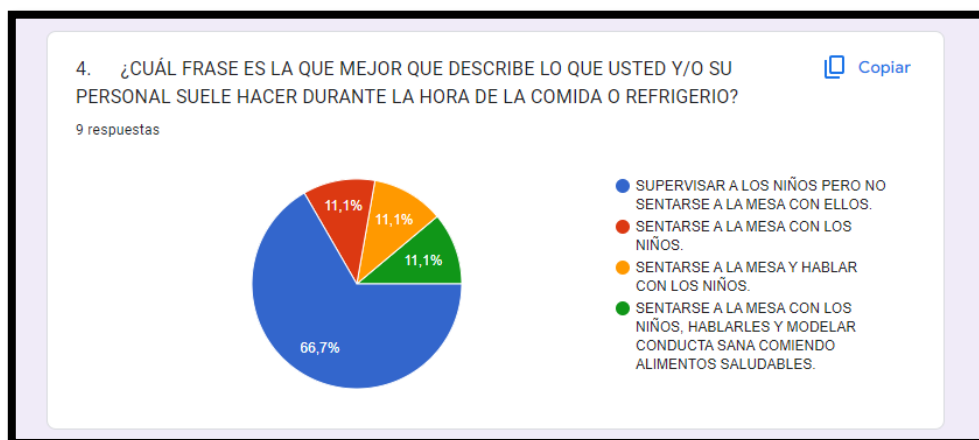
FIGURA 3.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta tabulacion tenemos como respuesta al primer lugar que los a los niños se les ofrece tres veces o mas alimentos altos en azucar (44,4%) pero tambien tenemos como resultado que suelen dar dos veces por semana (33,3%) como tambien no suelen dar por toda la semana (22,2%)

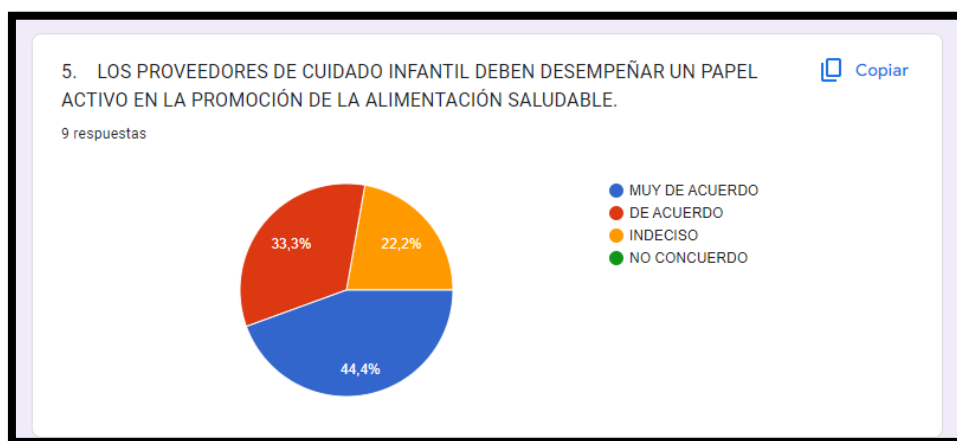
FIGURA 4.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

FIGURA 4. En esta pregunta podemos observar una una prespuesta bastante pronunciada a la pregunta realizada y obtuvimos como resultado, con un 66,7% describiendo que el personal a la hora de comida supervisan a los niños pero durante ese periodo no acompañan a la mesa con los niños.

FIGURA 5.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta pregunta prevalece con un 44,4% que estan de acuerdo en que los proveedores de comida infantil deben desempeñar un papel importante en participar para promover buena alimentacion en los niños y luego le sigue con de acuerdo (33,3%), un indeciso (22,2%) y un no de acuerdo con cero votos en esta tabulación.

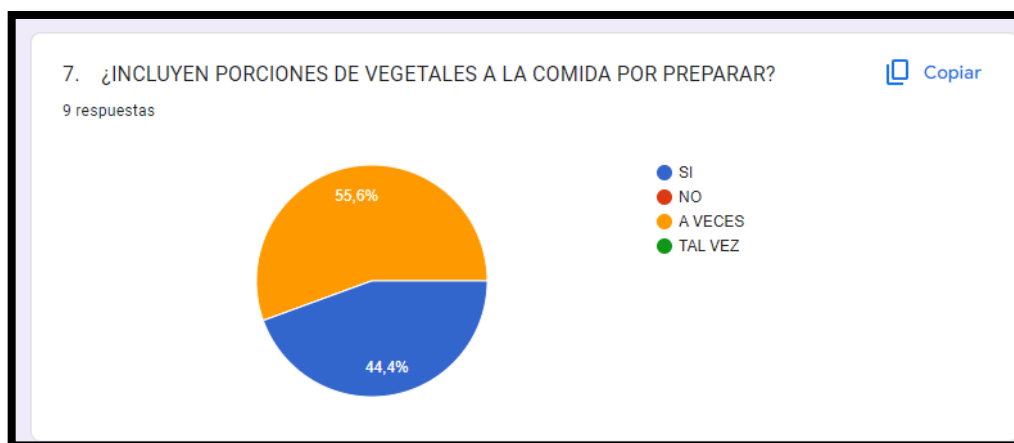
FIGURA 6.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: Esta pregunta fue realizada con el objetivo de saber cuantas porciones de fruta se le proporciona al niño durante el día y obtuvimos con resultados con un 66,7 % brindando de 0 – 1 fruta por día siguiendole con 22,2% aceptando que comen de 2-3 frutas al día y con 11,1 % que quiere decir ninguna.

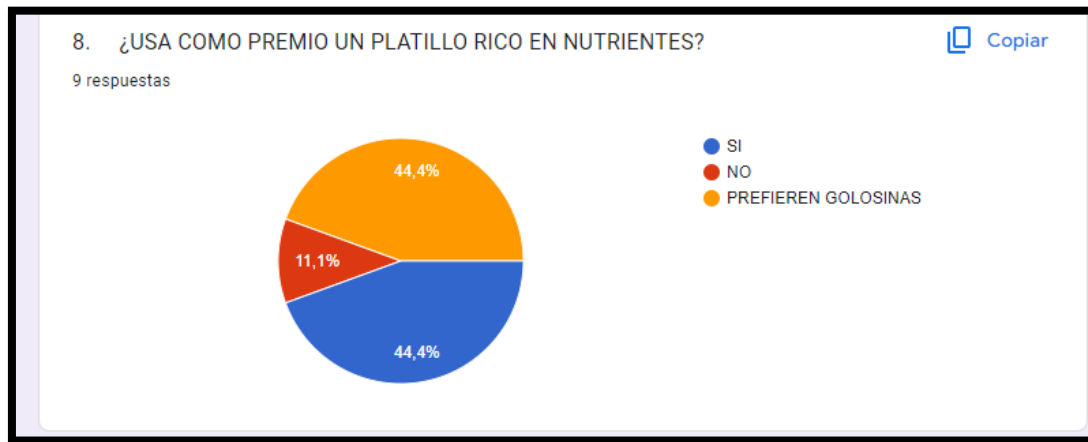
FIGURA 7.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulacion observamos con un 55,6% con un a veces que incluyen a vegetales dentro de la comida de los niños, siguiendole con un si del 44,4% obteniendo asi sin respuestas a las demas opciones.

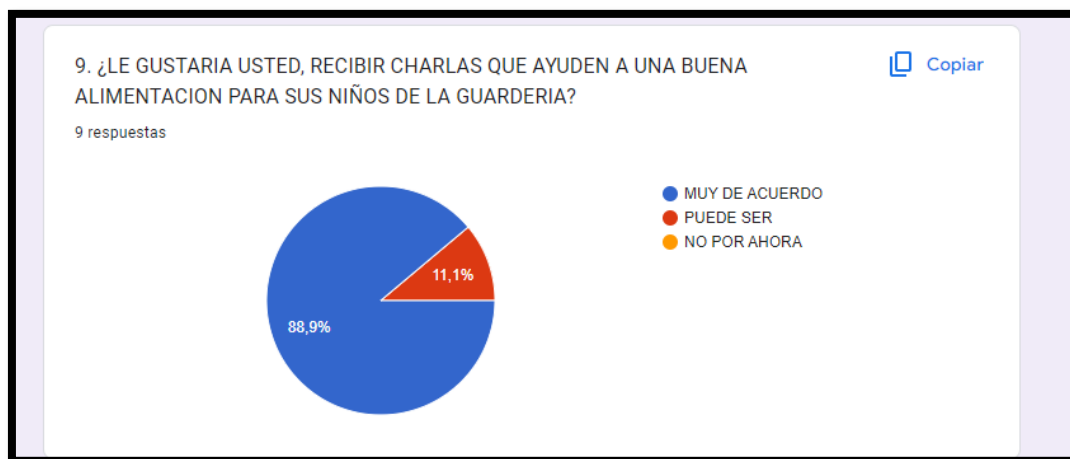
FIGURA 8.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta pregunta realizada tenemos como respuesta con un 44,4% en que los niños como premio prefieren las golosinas siendo su principal atracción pero también encontramos con un mismo valor que tambien suelen dar platillos sanos y encontramos con un no con el pocertaje de 11,1 %.

FIGURA 9.



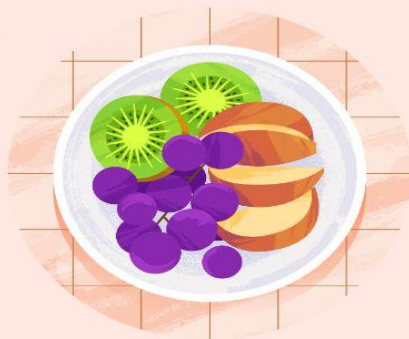
ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación conocemos su satisfacción estando muy de acuerdo con un 88,9% deseando así las charlas a realizar y con un puede ser de 11,1% obteniendo sin respuesta el no por ahora.

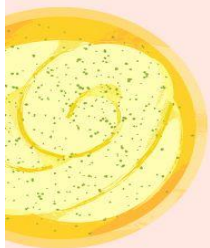
2.8. CONSIDERACIONES ETICAS.

En el momento que empezó este trabajo se ha tratado de manejar todo de manera íntegra cuidando la identidad de cada persona, docente y/o participante que tuvimos participando dentro de este conversatorio y/o charla que se ha efectuado durante los tres días en la provincia de Napo para poder tener acceso tuvimos que hablar con la coordinadora que es la que está al frente del centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” realizamos la entrega de una solicitud formal explicándole el objetivo de nuestro trabajo todo fue de manera reservada asegurando que no salga algún otro tipo de información personal fuera de lo establecido, después de ello hemos tratado siempre de manejar no solamente por sus nombres siempre se ha conservado y guardado el respeto entre estudiante y docente parvulario lo cual fue favorable para seguir con el trabajo del proyecto de grado dentro de ello también se ha guardado o sea ha reservado a los niños para nosotros poder integrarnos y brindar las charlas de manera tranquila teniendo como objetivo mantener el respeto entre todos para llevar a cabo todas las actividades que se ha mencionado anteriormente de tal forma que el respeto se ha mantenido desde un inicio hasta un final lo cual se agradece porque nos han brindado las puertas para poder realizar nuestro proyecto.

Para tomar algún tipo de información o fotos para el registro antes de ello hemos pedido el respecto permiso para poder tomar fotos y también para pedir ciertos datos para el respectivo registro.



CAPITULO 3



3.1 FUNDAMENTO DE PROPUETA.

Al nosotros brindar una alimentación con nutrientes a los niños nos ayudara a cumplir varios propósitos claves siendo esenciales para su desarrollo y bienestar general de entre ellos nos proporcionara un crecimiento y desarrollo óptimo a nuestros niños creciendo de manera saludablemente desarrollando sus huesos, músculos y órganos de manera adecuada alcanzando un incremento físico y cognitivo. También, nos ayuda a crear en nuestro cuerpo un sistema inmunológico con suficientes vitaminas y minerales esenciales para así, ayudar a combatir infecciones y enfermedades nos ayuda también al desarrollo cognitivo brindando alimentos que apoyen el desarrollo del cerebro y funciones cognitivas como el aprendizaje y memoria a través de nutrientes como ácidos grasos omega-3, hierro y vitaminas B; de esta manera también prevenimos enfermedades que afectan a la integridad del niño al reducir el riesgo de enfermedades crónicas y deficiencia nutricional manteniendo un peso saludable previniendo la obesidad y el bajo peso. Esto crea en el niño/a hábitos saludables y en su día a día les dará energía y vitalidad para las actividades diarias, juegos y aprendizaje, asegurando que los niños se sientan activos y concentrados.

Por medio de la problemática y encuesta realizada nos dio a conocer que es fundamental el crear un cambio en los hábitos de alimentación de los niños que pertenecen al centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” promocionando buenos hábitos de alimentación dentro de los primeros 1000 días ya que su crecimiento es de manera acelerada y con un buen aporte nutricional y actividad física nos ayudara mucho a crear niños con destrezas y habilidades para su futuro.

3.2 PRESENTACION DE LA PROPUESTA.

24 DE JULIO DEL 2024

PRIMERA CHARLA:

1. Importancia de una buena alimentación.
2. Beneficios de una alimentación saludable.
3. ¿Por qué la comida chatarra es perjudicial para los niños?

25 DE JULIO DEL 2024

3.2.2. SEGUNDA CHARLA:

1. Entrega y explicación de folletos informativos.
2. Tips y recomendaciones para fomentar una buena alimentación en los niños.
3. Actividades lúdicas relacionadas sobre la primera charla para reforzar el aprendizaje.

26 DE JULIO DE 2024

3.3.3. TERCERA CHARLA:

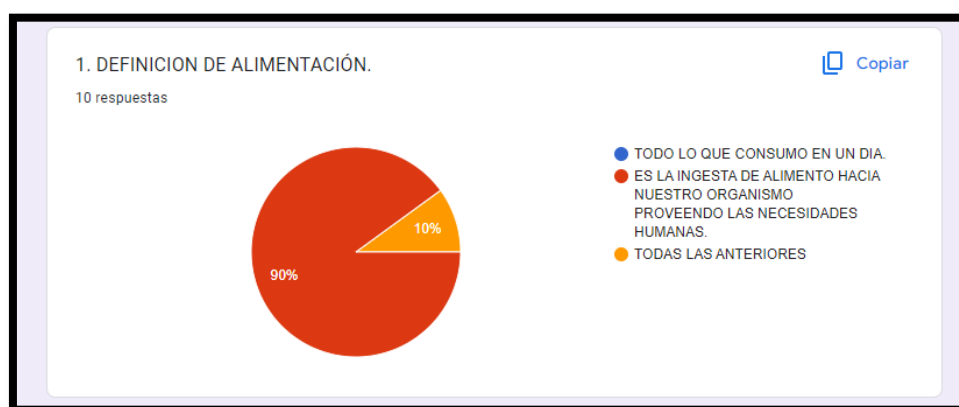
1. Entrega de un recetario sobre platillos saludables para los niños.
2. Presentación de una encuesta para evaluar el conocimiento adquirido.
3. Entrega de certificados de asistencia y agradecimiento por la participación.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

- CHARLAS EDUCATIVAS: Se realizarán presentaciones interactivas sobre la importancia de una buena alimentación, los beneficios de alimentarse saludablemente y los riesgos de consumir comida chatarra.
- FOLLETOS EDUCATIVOS: Distribución de material informativo con explicaciones claras y concisas sobre cómo mantener una dieta balanceada.
- TRUCOS Y CONSEJOS: Compartir estrategias prácticas para incentivar a los niños a comer de manera saludable.
- ACTIVIDADES LÚDICAS: Juegos y dinámicas que refuercen los conceptos aprendidos en las charlas, promoviendo un aprendizaje interactivo y divertido.
- RECETARIOS SALUDABLES: Provisión de recetas fáciles y nutritivas que los padres pueden preparar para sus hijos.
- EVALUACIÓN DEL CONOCIMIENTO: Aplicación de una encuesta para medir el entendimiento de los participantes sobre los temas tratados.
- CERTIFICACIÓN: Entrega de certificados de participación como reconocimiento y agradecimiento por asistir al curso.

3.3. EJECUCION DE LA PROPUESTA.

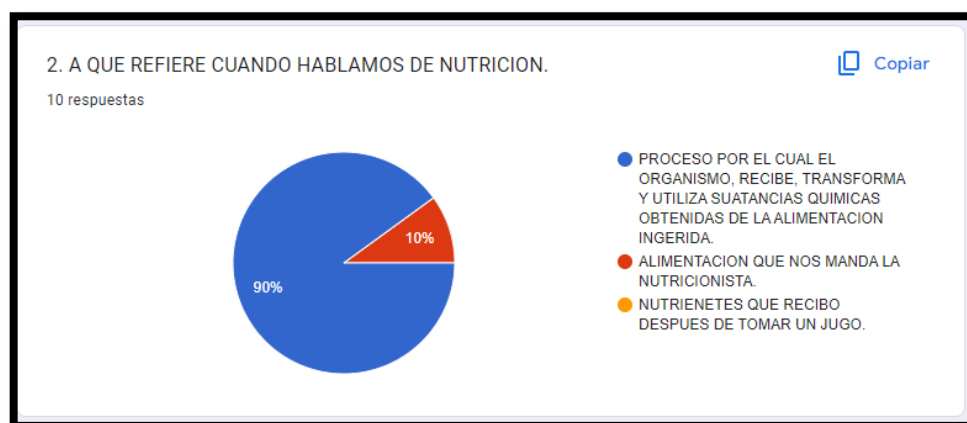
FIGURA 1



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: Respecto a la respuesta de esta pregunta tuvimos resultados beneficiosos ya que con un 90% tuvimos correctamente contestado a esta pregunta y con un 10% eligiendo como opción a todas las anteriores.

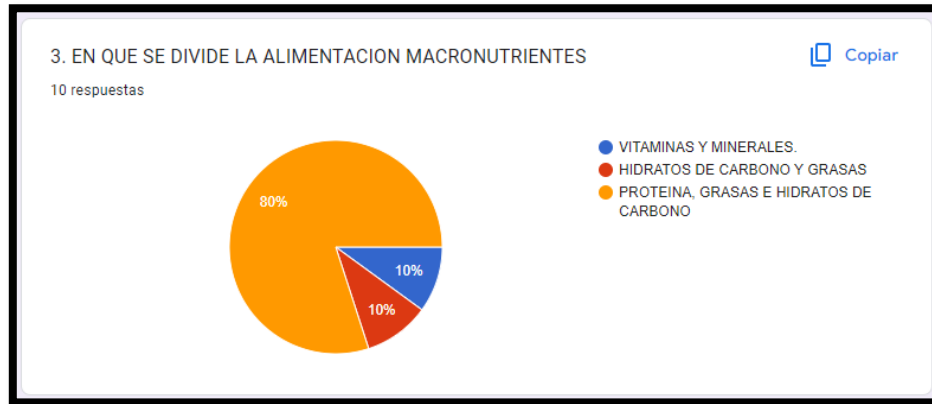
FIGURA 2.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: En esta pregunta, hemos obtenido buenos resultados contando con un 90% de respuesta correcta acertando a la nutrición refiere al proceso por el cual el organismo recibe, transforma y utiliza sustancias químicas obtenidas de la alimentación una vez que ingrese al estómago y con un 10% tomando como respuesta alimentación que nos manda la nutricionista.

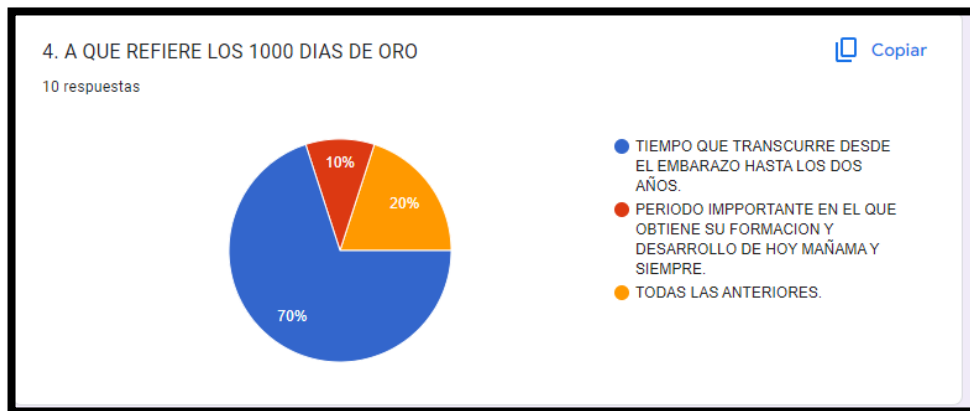
FIGURA 3



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: en esta pregunta observamos que tenemos tres respuestas diferentes teniendo un 80% que es correcto la alimentación micronutriente se dividen en proteína, grasas, e hidratos de carbono, 10% con la respuesta de vitaminas y minerales y con el otro 10% con hidratos de carbono y grasas.

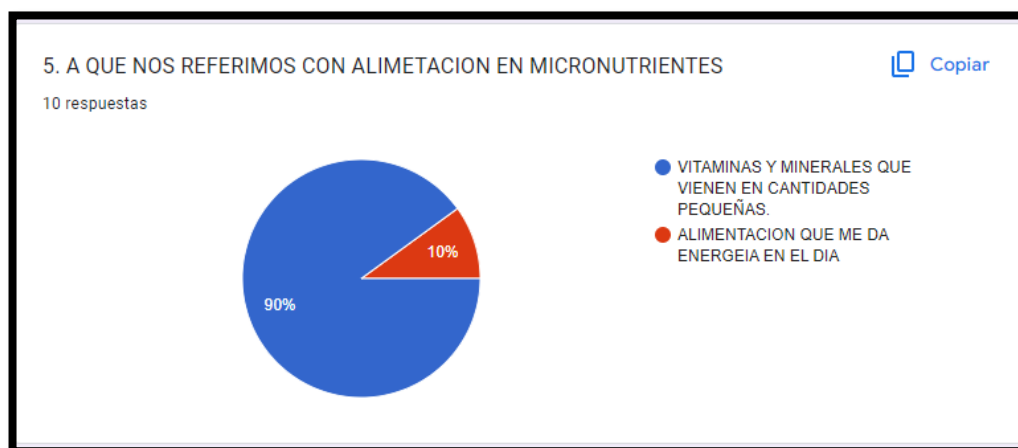
FIGURA 4.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO

ANALISIS: Referente a que nos referimos sobre los 1000 días de oro tuvimos tres respuestas contando con un 70% con una respuesta correcta seguido de un 20% que refiere a todas las anteriores y un 10% optaron por la respuesta refiriendo que es el periodo importante en el que, él bebe obtiene su formación y desarrollo de hoy, mañana y siempre.

FIGURA 5.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación refiriendo a que quieres decir alimentación en micronutrientes tuvimos buen resultado con un 90% acertando que son las vitaminas y minerales que vienen en pequeñas cantidades y un 10% refiriendo a que es la alimentación que me da energía durante todo el día.

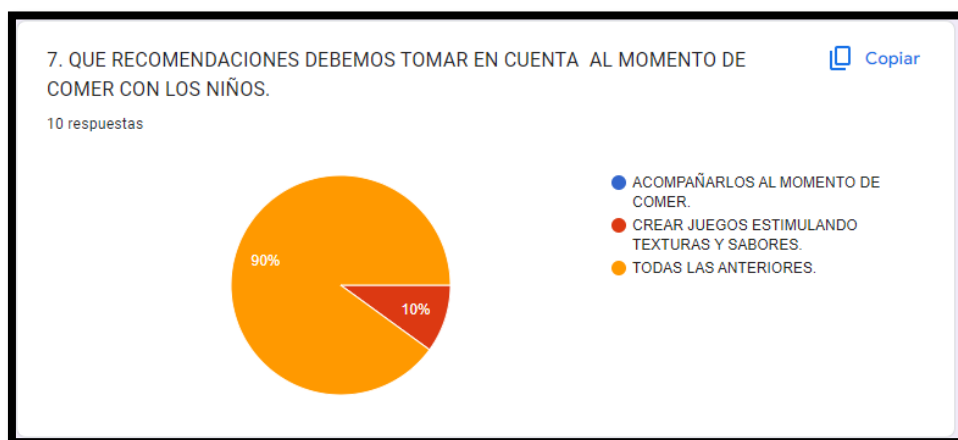
FIGURA 6.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulacion optuvimos el 100% lo cual es correcto con la respuesta 5 definiendo correctamente a la pregunta dada.

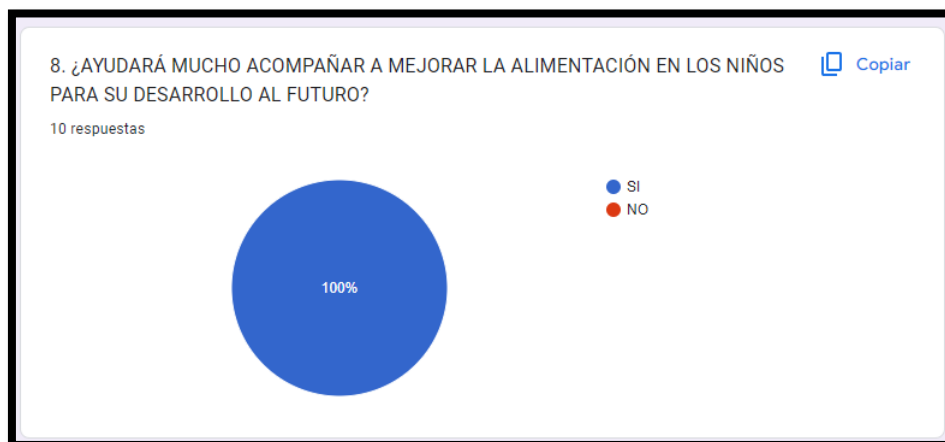
FIGURA 7.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: La respuesta mas prevalente en esta pregunta tenemos con un 90% con el resultado correcto y un 10% con la respuesta de crear juegos estimulando texturas y sabores.

FIGURA 8.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: Obteniendo el 100% de la respuesta correcta es muy satisfactorio ya que es de gran importancia mejorar la alimentacion para un mejor futuro de aprendizaje y habilidades.

FIGURA 9.



ELABORADO POR: SANABRIA Y BASURTO.

ANALISIS: En esta tabulación obtuvimos un buen resultado a la acogida y apertura a las charlas dadas con un 100% quedando todos de acuerdo que hemos contribuido con información pertinente para el conocimiento adecuado.

CONCLUSIONES

En este proyecto que nos hemos trazado, vivimos la experiencia de palpar que siempre por más pequeñas que sea la acción y/o trabajo definitivamente aportamos un granito de arena al dar estas charlas con el gran objetivo que fue implementar buenos hábitos a la hora de comer, nuestros niños como tal, deben tener la estimulación y alimentación correcta para desempeñarse durante toda su vida creando así mismo habilidades, motoras, sensoriales y destrezas que aportaran a su vida tanto personal como profesional pero también nos ayuda mucho a fortalecer nuestro cuerpo, sistema inmunológico como por ejemplo brindamos calcio a los huesos y dientes del niño/a, ayuda a un buen desarrollo de los tejidos y músculos, aportan a un crecimiento favorable entre otros. Definidamente hemos descubierto que llevar una buena alimentación desde la concepción nos ayudara a llevar un embarazo sin riesgos, una buena alimentación también ayuda a fabricar una leche sana con todos los nutrientes necesarios para él bebe y una buena alimentación que se brinde desde la edad adecuada ayudará a su crecimiento esto tuvo apertura cuando dimos a conocer los 1000 días de oro, tiempo que aprovechamos cuidando de nuestro niño que se encuentra en pleno desarrollo.

Al empezar con esta travesía nos ayudamos mucho de una pre – encuesta que favoreció a la hora de poder centrarnos en temas específicos para de este manera este conversatorio o charla se pueda compartir y aprender de los dos lados. Desde este punto hemos partido para realizar la apertura de las charlas dadas por tres días consecutivos en el centro de desarrollo infantil “KUSHI WAWA” educando sobre lo valioso que es brindar una buena alimentación a nuestros niños de manera balanceada de esta manera atraemos consigo mismo los beneficios que atribuyen como tal.

Hemos proporcionado material de apoyo y recursos que nos ayudó mucho para este programa de la promoción de buena alimentación para los niños de esto también nos apoyamos de juegos que ayudaron a un mejor aprendizaje y fue agradable por les gustó mucho a las docentes palvularias distraerse por un momento dentro de sus horas laborales este juego de los globos a reventar con preguntas dentro de ellos que se basaban en las charlas dadas.

Finalmente, dentro de las charlas brindadas a las docentes palvularias como último punto hemos terminado con una encuesta para evaluar los conocimientos adquiridos durante el periodo que se dio las charlas obteniendo como resultados satisfactorios dándonos a entender que hemos brindado los temas necesarios para el buen conocimiento del mismo, culminando así de manera satisfactoria este conversatorio atrayendo resultados favorables siendo una experiencia inolvidable.

RECOMENDACIONES

El dar a nuestros niños una alimentación equilibrada en nutrientes favorecerá de manera óptimo al crecimiento, desarrollo y formación de hábitos de vida saludables proporcionando una dieta equilibrada y variada garantizará que los niños de la guardería reciban todos los nutrientes esenciales para el desarrollo físico y cognitivo.

Por tal motivo una vez dada las charlas sería recomendable de mantener y/o implementar estas recomendaciones y Tips que fueron dados durante la charla, sería aconsejable que dentro de su alimentación se incluya frutas, verduras, proteínas magras, cereales integrales y productos lácteos reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas en el futuro.

Además, fomentar estos buenos hábitos alimentarios desde una edad temprana, haciéndoles partícipes en su preparación de comidas y elegir alimentos saludables, tiende a aumentar la ingesta de alimentos ricos en nutrientes. Una hidratación adecuada y limitar el azúcar añadido y los alimentos altamente procesados también son esenciales para mantener la salud y el bienestar general.

Como un consejo fundamental es poder realizar las recetas que les otorgamos a la entidad ya que presenta:

Variedad de alimentos como frutas, verduras, proteínas, cereales integrales y productos lácteos aportando diferentes nutrientes esenciales.

Frutas y verduras que compensan la mitad de tus comidas con frutas y verduras atrayendo a los niños por sus colores y formas.

La proteína magra como pollo, pescado, huevos, frijoles y nueces siendo esencial para el crecimiento y desarrollo.

Los cereales integrales como pan integral, arroz integral y avena en lugar de cereales refinados estos cereales integrales son ricos en fibra y nutrientes.

Los lácteos como leche, yogur y queso son importantes para la salud ósea debido a su contenido de calcio.

Hidratarse con agua o leche evitando bebidas azucaradas. Todo esto siempre se debe hacer de acuerdo a la talla, edad y necesidades personales de su niño al cuidado.

Es recomendable evita el azúcar añadido como refrescos, dulces y cereales azucarados ya que puede provocar problemas de salud como obesidad y diabetes.

Un desayuno nutritivo es importante por lo que aporta energía y nutrientes necesarios para empezar bien un día de actividades puede ser avena, yogur de frutas o el pan integral rico en proteínas.

Todas estas recomendaciones tiene como finalidad el seguir contribuyendo a la buena alimentación de tu niño creando niños sanos con el objetivo de bajar la tasa de morbi y mortalidad a causa de desnutrición, obesidad y/o enfermedades cardiovasculares.

BIBLIOGRAFÍAS

- 1) Moyano, D (2017, enero) LA INFLUENCIA DE LA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA ETAPA PREESCOLAR [proyecto de grado].Recuperado de:
<http://201.159.223.2/bitstream/123456789/2350/1/Paper%20Dennis%20Moyano%202017.pdf>
- 2) Unicef (2021) Desnutrición Crónica Infantil. Recuperado de:
<https://www.unicef.org/ecuador/desnutrici%C3%B3n-cr%C3%B3nica-infantil>
- 3) Wisbaum, W. (2011, noviembre) LA DESNUTRICIÓN INFANTIL Causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento. Unicef. [Documento PDF]. Recuperado de:
<https://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/3713/La%20desnutrici%C3%B3n%20infantil%20causas%2C%20consecuencias%20y%20estrategias%20para%20su%20prevenci%C3%B3n%20y%20tratamiento.pdf?sequence=1>
- 4) Figueroa, K (2023, noviembre 2) ¿Cuál es la importancia de la nutrición en la primera infancia? Universidad estatal de milagro. Recuperado de:
<https://www.unemi.edu.ec/index.php/2023/11/02/importancia-nutricion-primera-infancia/>
- 5) Medina, E. (2023, abril) relación del estado nutricional y conocimientos sobre el inicio de alimentación complementaria de padres y cuidadores de niños menores de 2 años en 2 guarderías de la ciudad de azogues, ecuador. [Tesis de grado]. Universidad de las Américas, Cuenca.
- 6) Asencio, L; Muñoz, K (2012) influencia de los factores socioeconómicos y culturales en el estado nutricional de los preescolares según su alimentación en las guarderías “san Pablito” y “mis primeros pasos” comuna san pablo. Santa Elena. 2011-2012. [Tesis de grado]

Universidad estatal península de Santa Elena, La libertad – Ecuador.

- 7) Llumiquinga, J (2013) Estudio de las dietas proporcionadas en los centros de desarrollo infantil del buen vivir y su aporte nutricional en los niños que acuden a dichos centros por análisis en el sector comité del pueblo de la ciudad de Quito. [Tesis de grado] Instituto Superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, Quito – Ecuador.
- 8) Melendez, A (2006) EVALUACION DE UN SISTEMA DE VIGILANCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LAS GUARDERIAS DEL INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL DE LA DELEGACION NUEVO LEON. [Tesis de Maestría] Universidad autónoma de nuevo león facultad de medicina, México.
- 9) Rubio, G; Pérez, F; Arias, O; Pérez, D. (2015) Educación Para la Salud en Guardería: Alimentación “Somos lo que comemos”. Escuela Universitaria de Ciencias de la Salud. Universidad de León. Facultad de Educación. Ciudad/país León, España.
- 10) Machado, J. (02 AGOSTO 2023). Mala alimentación y corrupción en centros infantiles del Municipio de Quito. Primicias el periodismo comprometido. Recuperado de: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/alimentacion-corrupcion-centros-infantiles-municipio-quito/>
- 11) Ministerio de inclusión económica y social. (S.G). Escuela de Familias: equipo de Desarrollo Infantil de la provincia de Napo se capacitó sobre nutrición saludable. Recuperado de: <https://www.inclusion.gob.ec/escuela-de-familias-equipo-de-desarrollo-infantil-de-la-provincia-de-napo-se-capacito-sobre->

nutricion-saludable/

- 12) Vilaña, M. (09 SEPTIEMBRE 2019). Los centros de desarrollo infantil del municipio de Quito apuntan a una educación gratuita y de calidad. Unidad patronato municipal San José. Recuperado de: <https://www.patronato.quito.gob.ec/2019/09/09/los-centros-de-desarrollo-infantil-del-municipio-de-quito-apuntan-a-una-educacion-gratuita-y-de-calidad/#:~:text=En%20total%2C%20son%20207%20Centros,su%20etapa%20de%20desarrollo%20inicial>
- 13) Ecuavisa. (02 SEPTIEMBRE 2023). El rumor ante un supuesto cierre del centro infantil del MIES, causó reclamos en Guayaquil. Recuperado de: <https://www.ecuavisa.com/noticias/guayaquil/cierre-centro-infantil-mies-guayaquil-KK5905297>
- 14) UNICEF. (15 OCTUBRE 2019). La mala alimentación perjudica la salud de los niños en todo el mundo, advierte UNICEF. Recuperado de: <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/la-mala-alimentaci%C3%B3n-perjudica-la-salud-de-los-ni%C3%B1os-en-todo-el-mundo-advierte>
- 15) ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. (01 MARZO 2024). MALNUTRICIÓN. RECUPERADO DE: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- 16) Amezcua, M. (25 NOVIEMBRE 2014). VIRGINIA HENDERSON. GOMERES. Recuperado de: <https://www.fundacionindex.com/gomeres/?p=626>
- 17) Deysi Sinchire Capa¹. Katherine Samaniego Carrión². Erika Lima Miranda³. (16 MARZO 2020). Papel de la enfermería en la alimentación

- y nutrición del paciente. Revista Electrónica de Portalesmedicos.com. Recuperado de: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/papel-de-la-enfermera-en-la-alimentacion-y-nutricion-del-paciente-con-la-perspectiva-teorica-de-myra-estrin-levine/>
- 18) Valdés, A. (23 OCTUBRE 2023). Patrones de alimentación y crecimiento de los niños prematuros a los 3 – 4 años de vida. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112023000400005&lang=es
- 19) Choque, B. Mamani, M. (30 JUNIO 2023). Consumo de alimentos procesados y ultra procesados y su relación con su actividad física en adolescente. Scielo – Perú. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682023000200111&lang=es
- 20) Ortega, C. (2024). Investigación cuantitativa, que es y cómo se realiza. QUESTION PRO. Recuperado de: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
- 21) Junta de castilla y León. (2020). ¿Qué es la nutrición y alimentación?. Recuperado de: <https://www.saludcastillayleon.es/ventanafamilias/es/infancia/alimentacion/bases-alimentacion-saludable/nutricion-alimentacion>
- 22) UNICEF. (2020). Cada niño, niña y adolescente recibe una buena alimentación. Recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/cada-ni%C3%B1a-ni%C3%B1o-y-adolescente-recibe-una-buena-alimentaci%C3%B3n#:~:text=Una%20buena%20alimentaci%C3%B3n%20permite%20que,gozar%20de%20una%20buena%20salud>
- 23) Bayard. (2024). Los primeros 1000 días del bebe marcan su futuro: los mil días de oro. Recuperado de: <https://www.bayardeduccion.com/lectura/los-primeros-1000-dias-bebe#:~:text=Son%20mil%20d%C3%ADas%20que%20comienzan,se%20determina%20en%20este%20per%C3%ADodo>

- 24) Vitalia. (2020). Nutrición. Recuperado de:
<https://vitalia.es/bibliosalud/nutricion/que-es#:~:text=Qu%C3%A9%20es-,Nutrici%C3%B3n,para%20mantener%20una%20vida%20saludable>
- 25) Organización Mundial de la Salud. (07 AGOSTO 2024). Nutrición. Recuperado de: <https://www.who.int/es/health-topics/nutrition>
- 26) Unicef. (S.F). Mil días para toda la vida. Recuperado de: <https://www.unicef.org/uruguay/1000-dias-para-toda-la-vida>
- 27) Bayard. (2024). Los primero 1000 días del bebe marca su futuro: mil días de oro. Recuperado de: <https://www.bayardededucacion.com/lectura/los-primeros-1000-dias-bebe>
- 28) Ortega, C. (2020). Investigación mixta, que es y qué tipos existen. Recuperado de: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-mixta/>
- 29) Gómez, M. (28 JUNIO 2023). Que es una encuesta para que sirve y que tipos existen. Recuperado de: <https://blog.hubspot.es/service/que-es-una-encuesta>
- 30) El jardín de añoreta. (S.F). La importancia de la nutrición en guarderías infantiles. Recuperado de: <https://www.eljardindeanoreta.com/la-importancia-de-la-nutricion-en-las-guarderias-infantiles/>

ANEXOS



ANEXO 1: PRIMER DIA DE CHARLA, DANDO LA BIENVENIDA E INTRODUCCION SOBRE LOS TEMAS A TRATAR DENTRO DE CRONOGRAMA ESTABLECIDO.



ANEXO 2. QUE DEBEMOS SABER SOBRE LA
ALIMENTACION Y NUTRICION Y COMO
IDENTIFICAR Y/O DIFERENCIAR.



SEGUNDA CHARLA

ANEXO 3. SEGUNDO DIA DE CHARLA EN COMPAÑÍA DE LA DOCENTE ESPECIALISTA



ANEXO 4. EXPLICACION Y ENTREGA DE FOLLETOS CON INFORMACION PERTINENTE AL TEMA DADO.



ANEXO 5. TIEMPO DE APLICAR LA
ACTIVIDAD RECREATIVA



ANEXO 6. ULTIMO DIA DE CHARLAS.



ANEXO 7. ENTREGA DE LOS CERTIFICADOS DE PARTICIPACION A LAS DOCENTES PALVULARIAS



ANEXO 8. ENTREGA DE CERTIFICADOS DE PARTICIPACION A LAS PASANTES

ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
24/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Catherine Shady Bana Aguirre	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Paulina Michelle Cabreria Calapucha	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Valeria Silvana Aguirre Shigangos	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Florencia Yanez Guevara	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Evelyn Jaramila Novales Calapucha	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Paulina Michelle Guevara	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Ximena Piedad Valles Shigangos	1500000000	[Firma]
24/07/2024	Karina Judith Shigangos Guevara	1500000000	[Firma]

ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
25/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
25/07/2024	Karina Judith Shigangos Guevara	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Florencia Yanez Guevara	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Catherine Shady Bana Aguirre	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Valeria Silvana Aguirre Shigangos	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Evelyn Jaramila Novales Calapucha	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Paulina Michelle Cabreria Calapucha	1500000000	[Firma]
25-07-2024	Paula Vera Morales	1716750367	[Firma]
25-07-2024	Ximena Piedad Valles Shigangos	1500000000	[Firma]

TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO RUMIÑAHUI
ASISTENCIA DEL DOCENTE PALVULARIO
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRE	CEDULA	FIRMA
26/07/2024	Catherine Shady Bana Aguirre	1500000000	[Firma]
26/07/2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Florencia Yanez Guevara	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Valeria Silvana Aguirre Shigangos	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Ximena Piedad Valles	1500000000	[Firma]
26-07/2024	Karina Judith Shigangos Guevara	1500000000	[Firma]
26-07-2024	Maria Georgina Ramirez Reina	1500000000	[Firma]

TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO RUMIÑAHUI
ASISTENCIA DEL ESTUDIANTE
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"
ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA LAS PALVULARIAS EN LA
PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION PARA LOS NIÑOS DE 1 A 3
AÑOS

FECHA	NOMBRES	CEDULA	FIRMA DE COORDINACION	FIRMA DEL ESTUDIANTE
24-07-2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]	
25-07-2024	Karina Judith Shigangos Guevara	1500000000	[Firma]	
26-07-2024	José María López Salazar	1500000000	[Firma]	

**ANEXO 9. NOTA DE ASISTENCIA POR CADA DIAS Y
ASISTENCIA DE LA COORDINADORA.**



ANEXO 10. TRIPTICO DISEÑADO Y ENTREGADO A LAS DOCENTES PALVULARIAS.

FECHA	NÚMERO DE CHARLA	ACTIVIDADES
24/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 1	1. IMPORTANCIA SOBRE LA BUENA ALIMENTACIÓN. 2. DIFERENCIAS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE. 3. ¿PORQUÉ LA COMIDA CHATARRA ES PERJUDICIAL PARA LOS NIÑOS?
25/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 2	1. ENTREGA Y EXPLICACIÓN DE LOS FOLLETOS INFORMATIVOS. 2. TIPS Y RECOMENDACIONES PARA FOMENTAR UNA BUENA ALIMENTACIÓN EN NUESTROS NIÑOS. 3. ACTIVIDADES LÚDICAS RELACIONADAS SOBRE LA PRIMERA CHARLA PARA REFORZAR APRENDIZAJE.
26/07/2024 13:00 PM - 13:30 PM	CHARLA N° 3	1. ENTREGA DE UN RESUMARIO SOBRE PLATILLOS SALUDABLES PARA LOS NIÑOS. 2. PRESENTACIÓN DE UNA ENCUESTA PARA EVALUAR EL CONOCIMIENTO ADQUIRIDO. 3. ENTREGA DE LOS CERTIFICADOS DE ASISTENCIA Y AGRADECIMIENTO POR LA PARTICIPACIÓN.

PARA:
CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA"

ASUNTO: SOLICITUD DE PERMISO

Un cordial saludo al Centro de Desarrollo Infantil "KUSHI WAWA" que se encuentra dirigido por la Tlcga. Janet Elizabeth Chicaiza Amagay, somos estudiantes, próximas a graduarnos obteniendo el título de "Técnico Superior en Epidemiología" del Instituto Tecnológico Universitario Rumiñahui, las alumnas, Merli Vanessa Sanabria Guzmán C.I. 1727894774 y Nathaly Silvana Basurto Farías C.I. 1752108686, nuestro proyecto de grado llamado "ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA PALVULARIAS EN LA PROMOCION DE LA BUENA ALIMENTACION EN NIÑOS Y NIÑAS DE 1 - 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "KUSHI WAWA" EN EL PERIODO DE MAYO A JULIO 2024" en el que se brindará tres días de charlas promoviendo e informando sobre la importancia que debemos generar a nuestros niños sobre la alimentación saludable que nos ayuda a prevenir enfermedades crónicas para fortalecer ayuda a mejorar calidad de vida en aspectos de buen ambiente, energía durante todo el día, entre otros beneficios.

Dirigidos para las maestras púberas que se les brindará las charlas, presentación de tripticos con información importante, estaremos realizando actividades lúdicas para entender mejor y hacer más creativas las charlas y una vez finalizado el cronograma

Agradecemos por la atención prestada quedamos atentos a la aprobación de nuestra solicitud para la apertura de la actividad mejorar la alimentación en los niños de nuestro país.

ATENTAMENTE:


L.C. SANCHEZ CRISTHIAN
(TUTOR METODOLÓGICO)

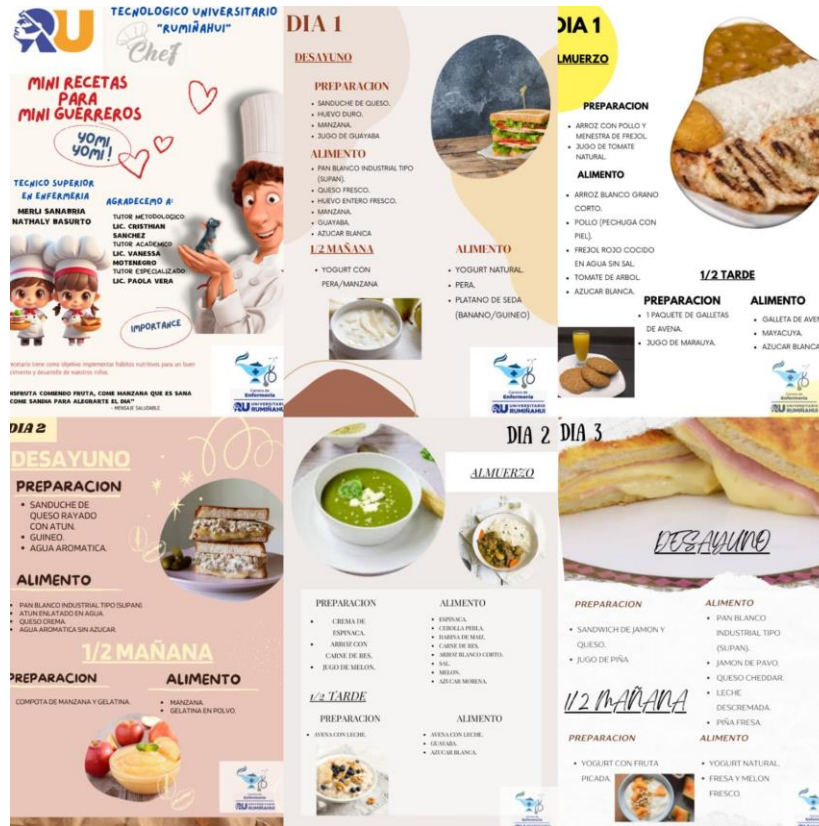

L.C. VANESSA MOTENEIRO
(TUTOR ACADÉMICO)


EST. SANABRIA MERLI
1727894774


EST. BASURTO SILVANA
1752108686



ANEXO 11: SOLICITUD ENTREGANA Y FIRMADA POR LAS AUTORIDADES CORRESPONDIENTES.



ANEXO 12. DISEÑO DE UN MENU CON LOS TIEMPOS DE COMIDA QUE FUE IMPRESO Y ENTREGADO.

