

Nutrición infantil: Estrategias para padres, docentes y estudiantes de grado transición del Instituto

Colombo Venezolano de Medellín, Colombia

Corporación Universitaria Adventista

Facultad de Educación

Licenciatura en Preescolar



Hasbleidy Paola Ávila Olaya

Hesed Patricia Charry Osorio

Lorena Quitian Zárate

Yenid Yanira Velasco Sánchez

Medellín, Colombia

2019

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA



CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
FACULTAD DE EDUCACIÓN

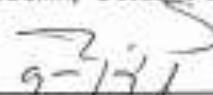
CENTRO DE INVESTIGACIONES

NOTA DE ACEPTACIÓN

Los suscritos miembros de la comisión Asesora del Proyecto de Grado: "Nutrición infantil: Estrategias para padres, docentes y estudiantes de grado transición del Instituto Colombo Venezolano de Medellín, Colombia", elaborado por las estudiantes: **Yenid Yanira Velasco Sánchez, Hasbleidy Paola Ávila Olaya, Hesed Patricia Charry Osorio, y Lorena Quillan Zarate**, del programa de Licenciatura en Preescolar, nos permitimos conceptualizar que éste cumple con los criterios teóricos y metodológicos exigidos por la Facultad de Educación y por lo tanto se declara como:

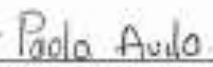
Aprobado - Destacado

Medellin, Octubre 08 de 2019


Mg. Gélver Pérez Pulido
Presidente


Mg. Erika Yamila Melo Romero
Secretaria


Yenid Yanira Velasco Sánchez
Estudiante


Hasbleidy Paola Ávila Olaya
Estudiante


Hesed Patricia Charry Osorio
Estudiante


Lorena Quillan Zarate
Estudiante

Personería Jurídica según Resolución del Ministerio de Educación No. 8529 del 6 de junio de 1983 / NIT 900.002.792-2

Cra. 84 No. 33AA-1 PBX. 250 83 28 Fax. 250 79 48 Medellín <http://www.unac.edu.co>

Agradecimientos

Agradecemos en primer lugar a Dios por dirigirnos para realizar este proyecto y por la fuerza que nos dio para continuar cada día, al Instituto Colombo Venezolano por la oportunidad de realizar la investigación en sus instalaciones; también a nuestra asesora la docente Erika Melo y a nuestro director de investigación y profesor de proyecto de grado el docente Gerver Pérez, Dios les bendiga por su labor y dedicación.

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES
DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN,
COLOMBIA

Tabla de Contenido

RESUMEN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	ix
Capítulo Uno – Planteamiento del Problema	1
Objetivos	3
Objetivo general.....	3
Objetivos específicos.....	4
Constructos.	4
Delimitaciones	5
En el ámbito local.....	7
Aprendizaje.....	10
Desarrollo físico.....	11
Desarrollo emocional.....	11
Ubicación, extensión, límites y descripción de planta física.....	13
División administrativa.....	15
Fisiografía.....	15
Hidrografía.....	16
Economía.....	16
Clima.....	16
Actividad económica.....	17
Turismo.....	17

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA

Contexto Educativo.....	18
Capítulo Tres – Marco Metodológico.....	19
Enfoque de la Investigación.....	19
Tipo de Investigación.....	21
Población.....	21
Recolección de Información.....	22
Instrumentos de recolección de la información.....	24
Cronograma de Actividades.....	25
Presupuesto de la Investigación.....	26
Resultado del Análisis de la Información Recolectada en las Encuestas.....	27
Ejecución y evaluación del plan de acción.....	27
Análisis del Problema.....	28
Análisis final del problema.....	29
Capítulo Cinco – A Modo de Conclusión.....	31
Conclusiones.....	31
Referencias.....	32
Anexos.....	36
Anexo A. Encuestas para Padres y Docentes del Grado Transición.....	36
Anexo B. Encuesta Diagnóstica sobre Nutrición Infantil para Docentes.....	39
Anexo C. Encuesta Final sobre Nutrición Infantil.....	41

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES
DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN,
COLOMBIA

Anexo D. Carta Entrega de Cartilla 42

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES
DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN,
COLOMBIA

Lista de Tablas

Tabla 1. Presupuesto	26
Tabla 2. Primer Ciclo de Acción.....	28
Tabla 3. Segundo ciclo del Plan de Acción	29

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES
DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN,
COLOMBIA

Lista de Figuras

Figura 1. Cronograma de actividades 25

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA

RESUMEN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Corporación Universitaria Adventista

Facultad de Educación

Licenciatura en Preescolar

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA

Integrantes del Grupo: Hasbleidy Paola Ávila Olaya
Hesed Patricia Charry Osorio
Lorena Quitian Zárate
Yenid Yanira Velasco Sánchez

Asesor Principal: Mg. Erika Yamila Melo Romero

Coasesor: Mg. Gerver Pérez Pulido

Fecha de Terminación del Proyecto: Octubre de 2019

Problema

Teniendo en cuenta la problemática que se presenta en torno a la inadecuada nutrición en la edad preescolar, es necesario buscar estrategias que ayuden a mejorar los hábitos alimenticios desde los hogares y la escuela por medio de herramientas educativas como videos, charlas, actividades que sensibilicen a la población.

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA

Por consiguiente Walters y Stacey (2009), afirman que es importante la adquisición de un método atractivo para desarrollar en los niños hábitos saludables, un método práctico, el cual permita aprender a través de la experiencia. De la misma forma estos mismos autores afirman que es importante la implementación de guías en el aula que contengan actividades atractivas y de interacción.

Método

Este estudio se realizó en el Instituto Colombo Venezolano, en el grado Transición, colegio donde las estudiantes de preescolar realizaron algunas prácticas pedagógicas. El método utilizado fue investigación acción, donde se llevaron a cabo intervenciones con los padres, docentes y niños por medio de capacitaciones y encuestas, y de acuerdo a los resultados obtenidos y las observaciones realizadas por los padres de familia, se crearon videos educativos con estadísticas, consejos y recetas de temas como las frutas, verduras, bebidas, entre otros. Se evidenció la participación de los padres con un reto semanal sobre la elaboración de recetas para desayunos y loncheras, trabajando la sensibilización sobre la alimentación saludable desde los hogares y su implementación en las loncheras de los niños. Por otro lado, se realizaron actividades con los niños de sensibilización sobre la importancia del cuidado del cuerpo a través de la alimentación saludable y el ejercicio; también se ejecutó un Master chef donde se prepararon alimentos prácticos y se obtuvo la participación de los niños en la elaboración de cada uno de ellos. Con las docentes, de acuerdo a una encuesta diagnóstica se realizó una cartilla didáctica sobre la nutrición, la cual contiene información relevante sobre los temas trabajados y actividades prácticas que permitan la sensibilización con los niños de la buena nutrición en el aula de clase.

NUTRICIÓN INFANTIL: ESTRATEGIAS PARA PADRES, DOCENTES Y ESTUDIANTES DE GRADO TRANSICIÓN DEL INSTITUTO COLOMBO VENEZOLANO DE MEDELLÍN, COLOMBIA

Resultados

Las estrategias que se presentaron para padres, docentes y estudiantes del Instituto Colombo Venezolano sobre Nutrición infantil fueron eficaces, puesto que, el consumo de frutas y verduras por parte de los niños en los hogares mejoró notablemente; además los padres se sensibilizaron sobre la importancia de la presentación de forma más atractiva de la comida para sus hijos. Por otro lado, la cartilla entregada a las docentes será de gran apoyo en la implementación de actividades didácticas para la exposición del tema de nutrición.

Conclusiones

La estrategia cumplió el objetivo de sensibilizar a los padres, docentes y niños del grado transición de Instituto Colombo Venezolano en cuanto a mejorar hábitos nutricionales que fomenten un estilo de vida saludable.

Capítulo Uno – Planteamiento del Problema

La nutrición es un aspecto del ser humano vital desde el nacimiento hasta la vejez. Esta aporta a su desarrollo integral y provee herramientas que determinan en gran medida su estilo de vida.

Por consiguiente, Ramón (2011) dice que la nutrición y alimentación ocupan un lugar central, ya que es necesario proporcionar la energía y los nutrientes que van a influir en el crecimiento del ser humano y de esta manera obtener un desarrollo óptimo.

Sin embargo, en algunos contextos, se ha conceptualizado de manera errada la nutrición, puesto que se piensa que solo es importante para las personas que quieren tener una figura. Este es un tema de interés general, que debiera enfatizarse en la comunidad educativa, ya que en la infancia se establecen las bases para formar buenos hábitos en las personas.

Por consiguiente, Sweitzer, Briley, Gray, Hoelscher, Harriest, Staskel y Almansour (2010), en su estudio evidenciaron la importancia de que en las instituciones educativas se promuevan programas en donde se incentive a los padres de familia proveer a sus hijos loncheras que contengan porciones de frutas, verduras, y cereales integrales.

La presente investigación busca proponer una estrategia que permita generar una educación sobre el tema de la nutrición para padres, docentes y estudiantes.

Descripción del Problema

Cada vez surgen más investigaciones que afirman que la nutrición tiene mucha influencia en el desarrollo infantil, tal como lo muestra la Unicef (2013), cuando menciona que el retraso en el crecimiento u otra forma de desnutrición que se pueda presentar

disminuyen la supervivencia de los niños, y no permite que tengan buena salud y un crecimiento óptimo. La misma entidad plantea que este retraso en el crecimiento tiene que ver con un desarrollo inadecuado del cerebro, lo que va a generar consecuencias en el desarrollo cognitivo y en el rendimiento escolar; esto a su vez va a afectar el desarrollo futuro de los países.

Es de suma importancia velar por el desarrollo adecuado en la infancia. La alimentación en esta edad es fundamental para un sano crecimiento en los niños tan ambicionado por todos, esto lo confirma la autora White (1890) cuando menciona la importancia de mantener el cuerpo sano ayudando a que todas sus partes puedan trabajar armoniosamente; cada persona puede glorificar a Dios a través de su cuerpo, por eso es fundamental tener temperancia en el consumo ya sea de comida o bebidas

Formulación del Problema

¿Qué estrategias se pueden implementar para mejorar la nutrición a nivel de transición para padres, docentes y estudiantes del Instituto Colombo Venezolano en Medellín Colombia?

Justificación

La nutrición juega un papel de vital importancia en el desarrollo de los niños. Desde el aspecto cognitivo hasta lo emocional, todo guarda alguna relación con unos debidos hábitos saludables, por esto es fundamental que estos se fomenten en los primeros años de vida.

Por consiguiente, privar al niño de una alimentación sana también incumple la Constitución Política del país (1991), la cual dicta en el Artículo 44, que el infante tiene el derecho a una alimentación equilibrada, lo que involucra al estado, la sociedad y la familia en la tarea de evitar posibles factores que intervengan en la seguridad alimentaria y nutricional. Con la seguridad de que los hábitos adquiridos en el hogar son determinantes para la salud del infante, se pretende realizar una intervención educativa hacia los cuidadores donde se resalte la importancia no solo del qué sino además del cómo y el cuándo alimentar a los niños buscando su mayor bienestar.

Los docentes tienen un protagonismo en la nutrición infantil, con ellos se busca trabajar por medio de orientaciones técnicas en educación alimentaria y nutricional, ya que ha sido notorio que existe falta de información y de mejorarlas en las prácticas alimentarias a la hora de la lonchera, especialmente con los niños de menor edad.

Además, White (1959) resalta la importancia de hacer que los niños adquieran buenos hábitos alimenticios y que desde pequeños aprendan que el comer no es más importante que su salud. El presente proyecto pretende sensibilizar a los infantes en este aspecto y generar un cambio positivo que impacte sus hábitos futuros.

Educar padres, docentes y niños en temas de nutrición, contribuye con el objetivo de desarrollar sana e integralmente a la infancia.

Objetivos

Objetivo general.

Desarrollar, implementar y evaluar estrategias educativas de contenido nutricional para padres, docentes y estudiantes en edad preescolar del Instituto Colombo Venezolano

Objetivos específicos.

Sensibilizar a los padres del aporte nutricional adecuado para el niño y la niña.

Dar a conocer a los docentes estrategias educativas para brindar acompañamiento en temas nutricionales del niño.

Crear vídeos y folletos de sensibilización con énfasis en nutrición infantil.

Sensibilizar a los niños sobre la importancia de comer saludable, para mantener un cuerpo sano y fuerte.

Constructos.

La presente investigación es una construcción de elementos teóricos orientada a la implementación de estrategias nutricionales a nivel preescolar en el Instituto Colombo Venezolano, interpretación de conceptualizaciones y perspectivas de autores que al respecto han aportado en sus legados.

Nutrición en el niño de preescolar

En el ámbito de la nutrición en la edad preescolar (2-5), durante este periodo el crecimiento es más lento, que durante la lactancia, es de vital importancia suplementar la necesidad adecuada de calorías para satisfacer las necesidades nutricionales, ya que el crecimiento se ve afectado por falta de apetito. (Lutz y Przytulski, 2011).

Por consiguiente, Calatayud, Aliaga y Gómez (2016), afirman que en esta etapa los niños adquieren hábitos de alimentación que perduran para toda la vida. La práctica de hábitos incorrectos, predispone a que se presenten problemas de malnutrición por déficit o por excesos. Las necesidades de muchos nutrientes aumentan de manera proporcional al tamaño corporal a lo largo de los años de crecimiento.

Delimitaciones

La investigación inicia en el mes de marzo del 2019 en Medellín y terminará el 20 de septiembre 2019, Antioquia en la parte centro occidental de Colombia. En esta zona está ubicado el Instituto Colombo Venezolano, donde participarán estudiantes de nivel preescolar, realizando en primer lugar un diagnóstico que permita ver la realidad y de esta manera poder trabajar

Limitaciones

El tiempo necesario para intervenir y hacer una observación más a fondo ya que los niños tienen clase solo en la jornada de la mañana y coincide con la jornada académica de las investigadoras.

El tiempo requerido para tener una buena intervención con los padres ya que en su gran mayoría trabajan todo el día.

Definición de Términos

Según la Real Academia Española (2013), nutrición es “Acción y efecto de nutrir”, quiere decir, que es necesario aumentar la sustancia del cuerpo animal o vegetal por medio del alimento, reparando las partes que se van perdiendo en virtud de las acciones catabólicas.

Estrategia: Guárate (2018) la define como el conjunto de acciones y procedimientos, mediante el empleo de métodos, técnicas, medios y recursos que el docente emplea para planificar, aplicar y evaluar de forma intencional, con el propósito de lograr eficazmente el proceso educativo en una situación de enseñanza-aprendizaje específica, según sea el

modelo pedagógico y/o andragógico por: contenidos, objetivos y/o competencias para las cuales las elabora y desarrolla.

Capítulo Dos - Marco Teórico

Antecedentes

A continuación, se describen algunos trabajos de investigación que anteceden al presente proyecto.

En el ámbito local.

En el municipio de Medellín, la alcaldía ha realizado fuertes iniciativas para garantizar la seguridad alimentaria de la región. Por ello, Gaviria, Giraldo, Betancur y Hoyos (2015), diseñaron el “Plan de seguridad alimentaria y nutricional del municipio de Medellín 2016-2028” en el cual se proponen estrategias para hacer realidad las políticas públicas que deben garantizar la óptima utilización de los recursos y garantizar mejoras, no sólo en el campo de la alimentación y la nutrición, sino en la calidad de vida de los habitantes del municipio de Medellín.

En el documento se describe la investigación realizada por la Universidad de Antioquia y la Unidad de Seguridad Alimentaria donde se sientan las bases de la realidad del tema nutricional del municipio y las estrategias a implementar para el cumplimiento de los objetivos que asumirá la Alcaldía en pro de mejorar y garantizar mejores condiciones de vida para la población.

El análisis de la situación nutricional de la población de Medellín descrito en la investigación, arrojó los siguientes resultados del subgrupo de niños menores de 5 años que participaron del estudio: el 1,7% de los menores presentó peso bajo para la talla (desnutrición aguda), el 10,6% de la población menor de 5 años presentó talla baja para la edad (retraso en talla) y 27,7% riesgo de talla baja para la edad. En el grupo total, 15,7%

presentó sobrepeso y 5,6% obesidad.

De los programas y proyectos que buscan mejorar el tema de seguridad alimentaria y nutricional de la alcaldía de Medellín, varios están encaminados a la mejora de la nutrición infantil, dos ejemplos son el proyecto “Escuelas y Colegios saludables” que busca que dentro de las instituciones se promueva la cultura de la Salud y el programa de “Complementación alimentaria para familias vulnerables” que busca implementar estrategias educativas para la formación de prácticas y hábitos alimentarios en las familias del municipio de Medellín.

En el ámbito nacional.

Barrera, Herrera y Ospina (2014), realizaron una investigación con el fin de conocer el impacto del programa educativo para la modificación de conductas, actitudes y prácticas en madres de niños menores de 10 años del departamento de Boyacá. Se realizó un trabajo con 18 madres quienes en la valoración diagnóstica registraron tener un nivel aceptable de conocimientos sobre nutrición infantil. La población infantil estudiada presentó un considerable índice de desnutrición aguda y un alto riesgo de desnutrición crónica.

Al combinar los factores del nivel de educación de la madre con la desnutrición aguda, no se encontró alguna relación, pero se logró asociar el estado civil de la madre con la mala nutrición de los niños, al ser la madre soltera, la que mostró un factor de riesgo en los resultados. En cuanto a la desnutrición crónica, los conocimientos deficientes y las acciones poco favorables se mostraron como factores asociados a la misma.

La investigación evidenció la intervención de elementos no solo educativos sino también de carácter social, económico, cultural, geográfico y político en el estado

nutricional de los niños, con lo cual no se desconoce el déficit de conocimientos como factor de riesgo en la desnutrición de los niños, sino por el contrario, se ve muy asociado con la desnutrición infantil.

En el ámbito internacional.

En una investigación realizada en México, Macías, Gordillo y Camacho (2012), indagan sobre la relación de la familia, la escuela y los anuncios publicitarios en relación con la implementación o modificación de hábitos de alimentación en los niños.

Considerando la problemática actual de la obesidad infantil y la publicidad que promueve el consumo de comida poco saludable, la escuela y la familia entran a jugar un rol fundamental en la promoción de factores protectores en materia de hábitos alimentarios, por lo que resultan un campo de acción en la implementación de programas nutricionales.

Algunos de estos programas basados en la educación para la salud, implementados en este país, no han dado los resultados esperados. El trabajo de los docentes en materia de concientización de hábitos saludables no fue suficiente, por lo que se optó por establecer acuerdos nacionales para limitar el expendio y distribución de alimentos malsanos dentro de las escuelas. Además de esto, se han implementado estrategias de actividad física dentro de las instituciones, todo con el fin de generar hábitos y cambios en los niños.

Marco Conceptual

La Organización Mundial de la Salud (2014), define la nutrición como “la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo”.

Un factor importante en la nutrición es el tipo de carencia que puede determinar el

carácter de las consecuencias asociadas a la desnutrición, debido a que cada nutrimento tiene diferentes funciones en el organismo de acuerdo a su composición. Hay manifestaciones de una relación consistente entre la desnutrición proteico – calórica crónica y el déficit cognoscitivo académico y conductual (Cortés y Avilés, 2011).

Así mismo Cortes y Avilés (2011), argumentan que aunque la etapa más sensible donde se presenta la desnutrición es en la edad gestacional y el primer año de vida, el impacto de la misma se ve reflejado en un daño en el desarrollo y la proliferación neuronal durante toda la niñez, lo cual afecta directamente las estructuras relacionadas con las diferentes habilidades cognoscitivas y conductuales y a nivel neuronal lo es la mielinización que es el proceso en el cual los axones son recubiertos por una sustancia llamada mielina que se encarga de brindar protección específicamente a esta parte de la neurona y facilita la trasmisión eléctrica, la cual es muy valiosa para el aprendizaje, este proceso comienza en el segundo trimestre de la gestación, y dura para toda la vida, este es uno de los motivos del por qué la buena nutrición juega un papel fundamental en el desarrollo infantil.

Aprendizaje.

De acuerdo con Sifuentes (2008), citado por Li-loo, Rojas, Dávila y Alva (2015), La nutrición es un aspecto muy fundamental en los primeros años de vida que tiene gran influencia en el desarrollo intelectual y cognitivo del ser humano. Una inadecuada nutrición en la edad disminuye el número de grados completados.

Además, Herrera (2008), citado por Rojas, Li-loo, Dávila y Alva(2015), considera que una mala nutrición afecta el rendimiento cognitivo de los niños y más adelante esto

puede repercutir en la baja productividad de la vida adulta. Otro aspecto mencionado por García (2009) es que las tecnologías han marcado grandes cambios en la sociedad y hacen que tanto niños como jóvenes y adultos caigan en el afán consumista y esto afecta drásticamente su estado nutricional.

Desarrollo físico.

Según Daza (2009), casi todos los estudios de nutrición realizados en niños de edad escolar, se basan fundamentalmente en la apreciación del crecimiento corporal, mediante mediciones antropométricas (por lo general peso y talla), que al ser comparadas con curvas estándar o poblaciones de referencia, permiten establecer con bastante aproximación si existe un crecimiento físico normal, o por el contrario, un retardo o una aceleración en la velocidad del crecimiento.

El rango de vulnerabilidad por edad, de los efectos de la desnutrición a largo plazo, puede ser mucho mayor de lo que se había sospechado y aún se desconoce el nivel mínimo de desnutrición (déficit de ingesta de nutrientes) que es necesario para producir estas alteraciones de largo término. Gran parte de los estudios sobre desnutrición y retardo mental se han realizado en niños de edad pre-escolar, al reconocerse el papel esencial de la nutrición en el crecimiento y desarrollo físico del niño.

Desarrollo emocional.

Según la UNICEF (2017) Los niños que sufren de anemia o desnutrición, y los que se enferman con frecuencia, son más temerosos que los niños saludables. Además, muestran menos interés en jugar, explorar e interactuar con los demás. Estos niños

requieren estímulo, atención y cuidados especiales para comer, jugar e interactuar con otras personas y, así, recuperar la salud.

Este es un tema de vital importancia y atención, ya que es necesario atender a las necesidades y problemas de desnutrición que hay no solo a nivel nacional sino mundial, esto es un tema de atención obligatoria, por eso el estado colombiano busca a través de leyes velar porque el derecho a la salud se cumpla.

Por esta razón, según la Política Pública Nacional de Primera Infancia (2007), los dos primeros años de vida son indispensables para el crecimiento físico, así como una vinculación segura con los padres, una nutrición adecuada en los niños favorece el desarrollo y el aprendizaje a lo largo de la vida, así mismo en estos primeros años, la leche materna va a permitir un desarrollo óptimo del cerebro y a fortalecer esos vínculos entre el niño y sus cuidadores

De igual forma, la Constitución Política de Colombia (1991) en el Artículo 44, dice que es un derecho de cada uno de los niños tener una buena salud y por ende recibir alimentación equilibrada.

Teniendo en cuenta la relevancia de este tema, la Ley 1098 de 2006, en sus Artículos 17, 27, 29, 39 y 44 muestra la obligación tanto de la familia como de las diferentes entidades de salud velar por el bienestar de cada uno de los niños, en cuanto a temas de salud y nutrición.

También en la Ley 1295 del 2009 en el Artículo 1, se busca mejorar la calidad de vida de los niños menores de 6 años, donde se obliga al estado realizar una atención en cuanto a alimentación, nutrición adecuada, educación inicial y atención Integrada en salud.

Por otra parte, en la Guía Operativa para la Prestación del Servicio de Atención

Integral a la Primera Infancia, realizada por el MEN y el ICBF (2010), se busca garantizar una atención integral a la primera Infancia, de esta manera mejorar las condiciones de alimentación y nutrición de los niños, niñas y adolescentes.

Marco Contextual

A continuación, se realizará una descripción del contexto en el que se encuentra enmarcado este proyecto. El impacto y la intervención del mismo son de un aporte significativo, puesto que plantean una revolución en materia de liderar el cambio de los procesos que llevan instituidos hace mucho tiempo, dando paso a la mejora de la calidad de vida escolar, y no solo en este sentido, sino también en los actores que intervienen, llámense educadores, directivos, y/o padres de familia.

Ubicación, extensión, límites y descripción de planta física.

El Instituto Colombo Venezolano, está ubicado en la ciudad de Medellín, considerada el segundo centro económico más importante de Colombia y una de las principales sedes financieras, industriales y culturales del país. Está situado en el barrio La Castellana en la comuna 11 Laureles-estadio, funciona dentro de los predios de la corporación universitaria adventista de Colombia (UNAC). El plantel ocupa dos de las edificaciones que conforman la Corporación Universitaria Adventista, a la vez que comparte o tiene acceso a las diversas instalaciones de la misma, como son el auditorio, aulas múltiples, canchas deportivas, cafetería, supermercado, biblioteca, y amplias zonas verdes.

En la primera de las edificaciones mencionadas, funciona el nivel preescolar y la

mayor parte de la sección de la básica primaria, en un edificio confortable de una planta, con sus aulas diversas, capellanía, sala de profesores, sala de materiales, juegos infantiles, corredores y servicios sanitarios. En la segunda edificación funcionan la sección de bachillerato y algunos grados de la básica primaria, así como las oficinas administrativas de rectoría, recepción, secretaría académica y tesorería, en la segunda planta se encuentran, diversas aulas, oficina de coordinación académica y otra de convivencia, oficina de psi orientación, salas de profesores, sala de informática, laboratorio integrado, cuarto de materiales, aula múltiple y servicios sanitarios

El bloque de bachillerato se encuentra conformado por dieciséis aulas, siete oficinas, dos baterías de baños y dos cuartos de aseo. Todo esto en un área de 1465,4388 m².

Según el Proyecto Educativo Institucional del Instituto Colombo Venezolano (2019), el segundo bloque es el de preescolar y primaria, donde funcionan diez aulas, dos baterías de baño, una oficina, una sala de maestros, tres cuartos de materiales y dos parques. Todo lo anterior en un área de 1213,015 m².

El campus y las zonas deportivas y recreativas son compartidos.

Existen otras dependencias con las siguientes características:

El Templo de la Institución para la realización de las actividades espirituales que ocupa un espacio de 1.702,57m² y el auditorio G.W. Chapman que cuenta con un espacio aproximado de 614.726 m² con capacidad para 1000 personas. El área de Parquederos y vías corresponde a 4201.374 m². Los espacios de zonas deportivas tienen un área de 11.033.37 m², las zonas de reforestación de 46411 m², áreas de zonas verdes senderos y jardines cuentan con 51.423.64 m². (Instituto Colombo venezolano, 2019, pp. 26).

División administrativa.

Según el Proyecto Educativo Institucional del Instituto Colombo Venezolano (2019), La Comuna n° 11 Laureles - Estadio es una de las 16 comunas de Medellín, capital del Departamento de Antioquia. Se encuentra ubicada en la zona centro-occidental. Limita por el norte con la Comuna N° 7 Robledo, límite establecido por la quebrada La Iguaná. Por el oriente con la Comuna n° 10 La Candelaria, límite determinado por el Rio Medellín. Por el sur con la Comuna n° 16 Belén a partir de las calles 32 EE y 33 y por el occidente con la Comuna n° 12 La América.

Fisiografía.

El territorio del **departamento de Antioquia** se caracteriza por un relieve variado, representado por áreas planas localizadas en el valle del Magdalena y las zonas próximas al Chocó y el Urabá y una extensa área montañosa que hace parte de las cordilleras Central y Occidental, en donde se resaltan 202 altos importantes, con alturas que oscilan entre los 1.000 y los 4.080 metros sobre el nivel del mar. El mayor accidente es el Páramo de Frontino en el municipio de Urrao con 4.080 metros, también aquí encontramos el Morro Campana con 3.950 metros. En Dabeiba encontramos el alto del Paramillo con 3.960 metros y en el municipio de Andes tenemos el Cerro Caramanta que tiene 3.900 metros de altura. Ubicada como se halla la Institución en uno de los sectores más urbanísticos y residenciales de la ciudad, la geografía es bastante plana, con alguna pequeña variación hacia los barrios Belén Las Mercedes, Las Violetas y Altavista.

Hidrografía.

Antioquia está bañada por las Costas del Mar Caribe y recibe la humedad del Pacífico en sus selvas del Atrato. Cuenta con numerosas fuentes hidrográficas que forman las cuencas de los ríos Atrato, Cauca, León, Magdalena, Negro, Nare, Samaná, Buey, Porce-Nechí y Nus entre otros. También se destacan los ríos Apartadó, Cucharó, Jiguamiandó, Murindó, Murri, Riosucio, Tumaradó, El Salado, Rayo, Puquí, Aurrá, Amagá, Nechí, Tarazá, Tamaná, Tonusco, Carepa, Chigorodó, Juradó, Zungo, La Miel, Río Claro Sur, Antasales, Esmeralda y Río Verde. La riqueza hídrica del Departamento se percibe también en las variadas ciénagas como la de Buchadó, Los Medios, Tumaradó, Caucasia, Nechí, El Bagre, Yondó y Puerto Berrio.

Economía.

La ciudad tiene un peso significativo en el producto nacional, y los sectores industriales de mayor importancia son el textil, el químico, el de los alimentos, las bebidas y el turismo.

Clima.

La latitud y altitud de la ciudad dan como resultado un clima templado y húmedo, con una temperatura promedio de 22°C. Las condiciones climáticas son óptimas, si bien, por lo menos en las dos últimas décadas, el desequilibrio atmosférico viene ocasionando variantes térmicas con notorios registros de sequía, o agudos períodos invernales. El clima, no obstante, la anterior descripción, aún puede considerarse como templado.

Actividad económica.

La economía del departamento de Antioquia está sustentada en la prestación de servicios, la industria, el comercio, la agricultura, la ganadería y la minería. Actualmente el departamento ocupa el segundo renglón en el ámbito nacional en cuanto a industria se refiere, la producción textil, de tejidos y la confección, junto con la elaboración de productos químicos, farmacéuticos, maquinaria, cemento, abonos, concentrados, metalmecánica y papel representan los mayores ingresos al departamento.

El sector de servicios se especializa en la finca raíz, servicios bancarios, transportes y comunicaciones. En cuanto a la agricultura, Antioquia ocupa el primer lugar en la producción de café y banano tipo exportación, productos como la caña, algunos cereales, cacao, yuca y tabaco junto a algunos frutales contribuyen en menor proporción a la economía regional.

Durante las últimas décadas la ganadería ha presentado un importante desarrollo, principalmente en el Magdalena Medio, el río Cauca y Urabá. La minería representó el soporte de la economía durante el siglo XIX, producto de estos ingresos se creó parte de la infraestructura industrial; actualmente produce oro, plata, hierro, cobre y otros minerales.

Turismo.

Entre los principales atractivos turísticos de Medellín podemos mencionar: Pueblito paisa, Ciudad Botero, El Jardín Botánico, Metro cable y parques temáticos.

Contexto Educativo.***Comunidad Educativa.***

La comunidad educativa está conformada por los estudiantes o educandos, los padres de familia o acudientes de los estudiantes, egresados, directivos, docentes y administradores escolares. Todos ellos, según su competencia, participan en el diseño, ejecución y evaluación del P.E.I. y en la buena marcha del establecimiento educativo (Instituto Colombo Venezolano, 2019, p.15)

Capítulo Tres – Marco Metodológico

El capítulo tres muestra paso a paso el proceso investigativo que se va a llevar a cabo; mediante un enfoque y un tipo de investigación que se va a realizar con una población específica. Este marco determina la calidad de información que se obtenga.

Enfoque de la Investigación

Existen una gran cantidad de conceptos sobre investigación cualitativa; dentro de los cuales precisa Hernández (2012), citado por Portilla et al. (2014) que no es el estudio de cualidades individuales e independientes; contrario a esto, ella, corresponde a un estudio integrado y por tanto constituye una unidad de análisis.

Además Rueda (2007), citado por Portilla, Rojas y Hernández (2014), la define como un proceso en donde intervienen varias visiones que tienen como objetivo dividir los fenómenos y determinar las relaciones que existen entre sus componentes. Otro concepto es el de Cerda (2011), citado por Portilla et al. (2014) quien refiere que la investigación cualitativa hace alusión a caracteres, atributos o facultades no cuantificables que pueden describir, comprender o explicar los fenómenos sociales o acciones de un grupo o del ser humano.

Por otra parte, Sampieri, Collado y Baptista (2010), mencionan que en su método el enfoque cualitativo emplea la recolección de datos sin medición numérica, esto con el propósito de descubrir o afinar preguntas de investigación durante el desarrollo de la interpretación. Además, dichos autores refieren que el paradigma cualitativo de investigación, puede concebirse como un grupo de prácticas o técnicas de tipo interpretativo, que permiten escudriñar en el mundo haciéndolo visible, transformándolo en

representaciones observables como son anotaciones, grabaciones y documentos, por lo cual sus dos principales cualidades consisten en que es naturalista e interpretativa.

Desde el punto de vista hermenéutico, González (2013), citado por Portilla et al. (2014) refiere que, la investigación cualitativa aborda lo real en cuanto proceso cultural, desde una perspectiva subjetiva, con la que se intenta comprender e interpretar todas las acciones humanas, las vivencias, las experiencias, el sentir, con el fin de crear formas de ser en el mundo de la vida. En este sentido, es importante reflexionar acerca de lo importante que es investigar a partir de las propias experiencias, que llevarán a una explicación acerca de lo que se hace, lo que se piensa y cuál es su fin o propósito.

Se pueda afirmar que la investigación forma parte del conocimiento humano en general y por tanto el conocimiento se ha definido como un proceso en el cual se relacionan un sujeto cognoscente (quien conoce) con un objeto de conocimiento (aquello que se conoce) lo que da como resultado un producto mental nuevo, llamado conocimiento. Así, el mismo término designa al proceso y al resultado de dicho proceso; es decir, llamamos conocimiento tanto a la operación subjetiva que lo produce, como al mismo producto. En ese sentido, y dando la importancia que la investigación merece, es necesario determinar el tipo de investigación que se ejecuta en el desarrollo del presente planteamiento.

La investigación cualitativa, tal como lo reseñan los autores Blasco y Pérez (2007), citados por Medina (2011) estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las

rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes. Este es el tipo de investigación que más se ajusta al presente planteamiento.

En consecuencia, el informe en la investigación cualitativa tendría por finalidad la comunicación, pero también el pensamiento sobre la realidad y la generación de ideas. En este sentido, se ha llegado a afirmar que la redacción del informe es un método de indagación, una vía para el descubrimiento y el análisis (Richardson 1994), citado por Esteban (2000).

Tipo de Investigación

Para el desarrollo de este proyecto de investigación se toma el diseño investigación - acción, ya que el objetivo final es indagar en una determinada problemática que afecta un contexto u organización para darle una solución adecuada (Hernández, 2014, p.496)

Población

Para Hernández (2014) "una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" p.174. Es la totalidad del fenómeno a estudiar, donde las entidades de la población poseen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación.

Para referenciar la población, es necesario visualizar al grupo objeto de estudio, considerando pertinente denotar que en materia serán todos los actores involucrados en el entorno del Instituto Colombo Venezolano.

Por lo tanto la población del proyecto de investigación es el Instituto Colombo Venezolano.

Dentro del desarrollo debido de la investigación se tomará como mecanismo de recolección la encuesta, puesto que es el mecanismo que permite el reconocimiento de la información de la forma más fidedigna y real posible.

Por consiguiente la población a los padres docentes y estudiantes del grado transición A y B del Instituto Colombo Venezolano.

Recolección de Información

Para obtener la información necesaria para el desarrollo de este proyecto, se ha escogido la encuesta y la observación.

Según Torres, Paz y Salazar (2014) las fuentes de información son todos aquellos medios de los cuales procede la información, que satisfacen las necesidades de conocimiento de una situación o problema presentado. De acuerdo a su origen se clasifican en: fuentes primarias y fuentes secundarias.

Las fuentes primarias son aquellas en las que los datos provienen directamente de la población o muestra de la población, mientras que las fuentes secundarias son aquellas que parten de datos obtenidos de anuarios estadísticos, de internet, o de medios de comunicación.

Al mismo tiempo las fuentes primarias pueden subdividirse en: La observación directa que está relacionada cuando el investigador toma directamente los datos de la población, sin necesidad de cuestionarios o entrevistadores, un ejemplo es cuando un profesor realiza un estudio estadístico sobre el rendimiento de sus alumnos; y la observación indirecta es cuando los datos no son obtenidos directamente por el

investigador, y es necesario un cuestionario, entrevistador u otros medios para obtener los datos del estudio. Para lo que es preciso realizar una encuesta.

La fase de recolección de información se considera que es la etapa de más alto costo, tanto en recursos humanos como materiales, así como también de tiempo.

Para la recolección de datos primarios en una investigación científica se procede básicamente por observación, por encuestas o entrevistas a los sujetos de estudio y por experimentación.

Encuesta: Constituye el término medio entre la observación y la experimentación. En ella se pueden registrar situaciones que pueden ser observadas y en ausencia de poder recrear un experimento se cuestiona a la persona participante sobre ello. Por ello, se dice que la encuesta es un método descriptivo con el que se pueden detectar ideas, necesidades, preferencias, hábitos de uso, entre otras.

La encuesta la define García (2009) citado por Casas, Repullo y Donado (2003) como “una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con el fin de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población”

Aplicar una encuesta a una muestra representativa de la población es con el ánimo de obtener resultados que luego puedan ser trasladados al conjunto de la población.

Entre las características fundamentales de una encuesta se destacan:

1. La encuesta es una observación no directa de los hechos por medio de lo que manifiestan los interesados.
2. Es un método preparado para la investigación.

3. Permite una aplicación masiva que mediante un sistema de muestreo pueda extenderse a una nación entera.

4. Hace posible que la investigación social llegue a los aspectos subjetivos de los miembros de la sociedad.

Por esta razón, el tipo de preguntas usadas en la encuesta del proyecto de investigación son:

1. Dicotómicas: Sólo admite como respuesta: Si o No.
2. Cerradas: Donde el entrevistado solo puede elegir una respuesta de una serie de respuestas.

La clasificación de preguntas en cuanto a la respuesta de los encuestados son:

Preguntas abiertas: aquellas en la que no se le presentan las respuestas al encuestado dejando a este, la libertad para que conteste según su criterio.

Preguntas cerradas: son aquellas que contienen la respuesta y el encuestado se limita a marcar dentro de las opciones que allí se presenten

Instrumentos de recolección de la información.

En el siguiente segmento se presentan y describen los instrumentos para la recolección de la información.

Dentro del desarrollo debido de la investigación se tomará como mecanismo de recolección la encuesta, puesto que es el mecanismo que permite el reconocimiento de la información de la forma más fidedigna y real posible en el marco de la investigación cualitativa.

Cronograma de Actividades

En la figura 1, se presentará la programación de las actividades realizadas en el transcurso del proyecto:

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																																
ACTIVIDADES	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
SEMANAS																																
Conformación de grupos y elección de tema a investigar		x																														
EL PROBLEMA (CAPÍTULO UNO) Primer asesoría																																
Planteamiento del problema																																
Descripción.																																
Formulación del problema.																																
Justificación																																
Objetivos																																
Delimitaciones																																
Limitaciones																																
Definición de términos																																
MARCO TEÓRICO (CAPÍTULO DOS)																																
Antecedentes																																
Desarrollo teórico (marco conceptual)																																
Contextualización (marco contextual)																																
Marco institucional																																
Marco legal																																
METODOLOGÍA O MARCO METODOLÓGICO (CAPÍTULO TRES)																																
Enfoque de la investigación																																
Tipo de investigación																																
Población																																
Recolección de la información																																
Cronograma de actividades																																
ANÁLISIS Y RESULTADOS (CAPÍTULO CUATRO)																																
Resultados de la entrevistas																																
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES (CAPÍTULO CINCO)																																

Figura 1. Cronograma de actividades

Presupuesto de la Investigación

Como se muestra en la tabla 1, los ingresos y egresos que están presupuestados para la aplicación de los instrumentos y la compra de los diferentes insumos que son utilizados para llevar a cabo las clases con padres docentes y estudiantes de transición del Instituto Colombo Venezolano:

Tabla 1.

Presupuesto

Concepto	Ingresos	Egresos
Recursos propios de los investigadores	\$ 140.000	
Fotocopias encuestas para padres y docentes		\$ 5.000
Material para exposiciones y actividades de intervención		\$ 20.000
Insumos para realización del Master Chef		\$ 20.000
Detalles de premiación		\$ 12.000
Pasajes		\$ 8.000
Cartilla		\$75.000
TOTAL	\$ 140.000	\$ 140.000

Capítulo Cuatro – Análisis y Evaluación del Plan de Acción

Se presenta en este capítulo los resultados que se obtuvieron a través de la información recolectada por medio de las encuestas a cada uno de los padres y docentes de los niños de grado transición del Instituto Colombo Venezolano; como también la ejecución del plan de acción, que de acuerdo con el diseño metodológico de este proyecto puede ser cíclico. Por último, se le dará respuesta a la pregunta de investigación de acuerdo con el proceso investigativo, teniendo en cuenta también el proceso teórico.

Resultado del Análisis de la Información Recolectada en las Encuestas

Se entrevistaron a 23 padres de familia de grado transición de Instituto Colombo Venezolano sobre los conocimientos previos del tema de nutrición infantil, mostrando como resultado un conocimiento medio sobre el tema. También se entrevistaron las dos docentes titulares en los mismos grados para conocer las estrategias implementadas en la enseñanza de la nutrición infantil en el aula, reflejando así que tenían poco conocimiento de las estrategias para la enseñanza del tema.

Ejecución y evaluación del plan de acción.

A continuación se presentará en la tabla 2 las actividades a realizar para ejecutar el primer ciclo del plan de acción, el cual sentará las bases para el cumplimiento de los objetivos que se planean alcanzar con los padres y los niños.

Tabla 2.

Primer Ciclo de Acción

Partes del problema	Acción	Observaciones/durante la aplicación	Evaluación/resultado de la acción sobre esa parte del problema
Sensibilizar a los padres sobre la buena nutrición de sus hijos	13 Agosto- charla con padres de familia: introducción al proyecto, charla de concientización y realización de las encuestas.	El 62% de los padres encuestados afirmaron que habían recibido muy poca información sobre nutrición infantil.	Según el 91% de los padres encuestados, la información recibida los ha incentivado a preparar loncheras más saludables para sus hijos.
Identificar qué conocimientos previos tiene los niños sobre la nutrición	12 de Septiembre- Intervención con los niños: diagnóstico sobre conocimientos de nutrición en los niños.	Algunos niños tenían conocimiento sobre la importancia de la buena nutrición.	Los niños quedaron motivados a cuidar el cuerpo a través de la alimentación saludable.
Crear estrategias de concientización para los padres	Videos de concientización- (13, 20, 27, 3, y 10 de Agosto): videos temáticos sobre frutas, verduras, bebidas saludables y comida chatarra.	Los padres estaban interesados por las estrategias que se les podría brindar para mejorar la presentación de los alimentos para sus hijos.	Los padres se motivaron en la realización de recetas saludables para las loncheras y desayunos de sus hijos por medio de los videos y charlas.

Análisis del Problema

En este primer ciclo se realizaron diferentes intervenciones con los padres de familia donde se observó el interés en la informa brindada para mejorar las practicas nutricionales en la dieta de sus hijos y se evidenció el apoyo en las actividades planteadas. En este mismo ciclo los niños estuvieron atentos y participativos en el tema presentado para su diagnóstico de conocimientos previos de nutrición. Como se observa en la tabla 3, en el segundo ciclo

se hizo la entrega de la cartilla como herramienta educativa para las docentes con lo cual se obtuvieron respuestas positivas por parte de ellas al expresar que el material era un excelente recurso didáctico para la enseñanza de la temática en aula. En este mismo ciclo se implementó la estrategia del Master Chef con los niños donde se comprobó su disposición de participar en la preparación de comidas saludables y mejorar hábitos alimenticios.

Tabla 3.

Segundo ciclo del Plan de Acción

Sub problemas	Acción	Observaciones	Evaluación
Crear herramientas didácticas para el mejoramiento de la nutrición infantil para los docentes	20 de Septiembre- entrega de herramienta didáctica para los docentes: cartilla didáctica sobre las frutas y verduras.	Las docentes no cuentan con guías didácticas para la enseñanza del tema de nutrición.	La guía didáctica es de gran beneficio para la labor docente.
Implementar estrategias para niños sobre la importancia de las frutas y verduras	13 de Septiembre-Master Chef: creación de un receta con los niños	El interés por preparar platos saludables por ellos mismo fue notorio y se les vio satisfechos con la participación.	Los niños participaron activamente en la elaboración de platos saludables y expresaron su interés de comer sanamente
Implementar estrategia basada en videos prácticos	Videos de recomendaciones prácticas- (15, 22 y 29, 5 y 12 de Agosto): Recetas para aplicar la teoría aprendida en los videos de concientización.	Los padres respondieron positivamente a los videos participando en los retos planteados en la elaboración de los platos saludables.	Los padres realizaron con sus hijos recetas creativas basados en los temas presentados.

Análisis final del problema.

En la encuesta inicial el 71% los padres expresaron que sus hijos tenían un mínimo consumo de frutas y verduras (1 a 2 porciones) y en la final, el 77% revelaron que sus hijos

habían mejorado mucho en el consumo de frutas y verduras.

El 62% de los padres dijo inicialmente que solo algunas veces los preparaban manera creativa los alimentos para los niños, y al finalizar el proyecto, un 82% manifestó estar practicando con sus hijos la elaboración de platos saludables de forma atractiva.

Al iniciar el proyecto, se indagó sobre la persona que preparaba la lonchera y destacaron los padres (90%) quienes dedicaban entre 4 y 5 minutos (48%) y 4-7 minutos (33%) a hacerlo. Al preguntar a los mismos padres, el 91% afirma que se han incentivado a preparar s más saludables.

Cuando se preguntó a los padres cuantas veces al año recibían información desde la institución sobre nutrición infantil, la mayoría (62%) respondió que 1 o 2 veces. Durante el proyecto, se superó este número y los padres clasificaron el conocimiento compartido un 50% bueno y un 50% excelente.

El 91% de los padres afirmaron en la encuesta final ver surgir interés en su hijo(a) por consumir comida saludable en lugar de comida poco saludable.

Capítulo Cinco – A Modo de Conclusión

En este capítulo se presentan las conclusiones de acuerdo con el proceso investigativo realizado, considerando: el objetivo general, los objetivos específicos, la metodología y los resultados de la aplicación de las estrategias, el plan de acción, el desarrollo tecnológico, entre otros.

Conclusiones

Una vez terminada la investigación se concluye que:

1. Las estrategias implementadas con los niños generaron una mejora en sus hábitos alimenticios.
2. El trabajo realizado con los padres fue positivo puesto que los condujo a realizar cambios en la nutrición de sus hijos y tomar conciencia respecto a la preparación de loncheras nutritivas.
3. Las docentes expresaron su intención de utilizar la cartilla como apoyo pedagógico dado que las estrategias presentadas en el material son adecuadas para la enseñanza.

Referencias

- Alcaldía de Medellín, *Unidad de Seguridad Alimentaria, Universidad de Antioquia Escuela de Nutrición y Dietética* (2015). Perfil de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Medellín.
- Barrera, L., Herrera, G., & Ospina, J. (2014). Intervención educativa para modificación de conocimientos, actitudes y prácticas sobre nutrición en Boyacá, Colombia. *Revista Cuidarte*, 5(2), 851-958. Recuperado de <https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/127>
- Calatayud, G. Q., Aliaga, R. R., & Gonzales, W. G. (2016). Efectividad de una intervención educativa en el conocimiento de loncheras saludables y su contenido en las madres de preescolares. *Ágora Revista Científica*, 3(1), 320-328.
- Casas, J., Repullo, J., Donado, J. (2003) La encuesta con técnica de investigación. Elaboración de cuestionario y tratamiento estadístico de los datos. Atem Primario. Art 52.479
- Constitución Política de Colombia (1991). Recuperado de https://www.mineduacion.gov.co/1759/articles-184841_archivo_pdf.pdf
- Cortés Moreno, A., y Aviles Flores, A. L. (2011). Demographic factors, rearing and health history: its relation with nutrition and child development. *Universitas Psychologica*, 10(3), 789-802.
- Daza, C. (2009). Nutrición infantil y rendimiento escolar. *Colombia Médica*, 28(2), 92-98. doi:10.2510/colomb.med.v28i2.56.
- Esteban, M. P. S. (2000). Criterios de validez en la investigación cualitativa: de la objetividad a la solidaridad. *Revista de investigación educativa*, 18(1), 223-242.

- García, F. M. (2009). Impacto de las pantallas, televisión, ordenador y videojuegos. *Pediatría integral*, 881, 697-706.
- Gaviria, A., Giraldo, J., Betancuar, H., & Hoyos, P. (2015) Plan De Seguridad Alimentaria Y Nutricional Del Municipio De Medellín 2016-2018. In Igarss 2014. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Guárate, A.(2018).Qué son las estrategias de enseñanza. *Magisterio*, 98. Recuperado de: <https://www.magisterio.com.co/articulo/que-son-las-estrategias-de-ensenanza>
- Hernandez, R. (2014). Metodología de la investigacion. Mcgraw-Hill. Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Instituto Colombo Venezolano(2019). *Proyecto Educativo Institucional*
- Ley 1098 de 2006. Recuperado de https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.htm
- Ley 1295 de 2009. Recuperado de https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1295_2009.htm
- Li-Loo Kung, C., Rojas-Guerrero, N., Dávila-Panduro, S., & Alva-Angulo, M. (2015). El estado nutricional y su impacto en los logros de aprendizaje. *Ciencia Amazónica* (Iquitos), 5(2), 115-120.
- Lutz, C., Przytulski, K. (2011) *Nutrición dietoterapia*. Recuperado de http://www.sidalc.net/cgi-bin/wxis.exe/?IsisScript=UCC.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresion=mfn&fbclid=IwAR2kP4msm_146-nswsJud-eWQhyuhHflmY

- Macias M, A. I., Gordillo S, L. G., & Camacho R, E. J. (2012). *Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud*. Revista Chilena de Nutrición, 39(3), 40–43. <https://doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>
- Medina, M. I. R. (2011). *Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México*. Culiacán, Sinaloa, México.
- MEN, ICBF (2010). *Guía Operativa para la prestación del servicio de Atención Integral a la Primera infancia*. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-184841_archivo_pdf.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2019). Recuperado de: https://www.who.int/elena/titles/fruit_vegetables_ncds/es/
- Portilla, M., Rojas, A., y Hernández, I. (Octubre, 2014). *Línea de Investigación: Teorías y Procesos Curriculares*. Docencia investigación innovación. 3, 91.
- Proyecto Educativo Institucional (2019).
- Ramón, L. (2011). *La importancia de la nutrición en los niños de preescolar*. Recuperado de <http://200.23.113.51/pdf/31217.pdf>
- Real Academia Española (2013). Recuperado de: <https://dle.rae.es/?id=QjXwsXe>
- Sampieri, R. H., y Collado, C. F. M. d. P. Baptista Lucio (2010). *Metodología de la Investigación*, Quinta ed., México DF, DF: McGrawHill, 613.
- Sweitzer, S. J., Briley, M. E., Roberts-Gray, C., Hoelscher, D. M., Harrist, R. B., Staskel, D. M., & Almansour, F. D. (2010). Lunch is in the bag: increasing fruits, vegetables, and whole grains in sack lunches of preschool-aged children. *Journal of the American Dietetic Association*, 110(7), 1058-1064.

- Torres, M., Paz, K., & Salazar, F. (2006). Métodos de recolección de datos para una investigación. *Rev. Electrónica Ingeniería Boletín*, 3, 12-20.
- United Nations Children's Fund (2013). Mejorar la nutrición infantil, el imperativo para el progreso mundial que es posible lograr. Recuperado de https://www.unicef.org/Spanish_UNICEF-NutritionReport_low_res_10May2013.pdf
- United Nations Children's Fund (2017) Nutrición y crecimiento. Recuperado de <https://unicef.org.co/nutricion-crecimiento>
- Walters, L., Stacey, J. (2009). Focus on food: development of the Cookin with Kids experiential nutrition education curriculum. *Journal of nutrition education behavior*.
- White, E. (1959). *El ministerio de la curación*.
- White, E. (1980). *Christian Temperance and Bible Hygiene*.

Anexos

Anexo A. Encuestas para Padres y Docentes del Grado Transición

ENCUESTA DIAGNÓSTICA SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL

Los datos obtenidos en este estudio serán confidenciales y se tratarán conforme establece la Ley 1581 de 2012, por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales.

Género: F M

Edad:

<input type="checkbox"/> 19-25 años	<input type="checkbox"/> 25-35 años
<input type="checkbox"/> 36-50 años	<input type="checkbox"/> 51 o más años

Formación académica:

<input type="checkbox"/> Primaria	<input type="checkbox"/> Pregrado
<input type="checkbox"/> Secundaria	<input type="checkbox"/> Posgrado

Situación laboral:

<input type="checkbox"/> Ama de casa	<input type="checkbox"/> Empleado(a)
<input type="checkbox"/> Estudiante	<input type="checkbox"/> Independiente

1. ¿Cómo clasificaría la información que ha recibido y/o investigado sobre nutrición infantil durante su vida?:

<input type="checkbox"/> Excelente	<input type="checkbox"/> Buena
<input type="checkbox"/> Regular	<input type="checkbox"/> Mala

2. Aproximadamente, ¿cuántas porciones de fruta consume su hijo(a) al día?

<input type="checkbox"/> Ninguna	<input type="checkbox"/> Entre 1 y 2
<input type="checkbox"/> Entre 3 y 4	<input type="checkbox"/> Entre 5 y 6

3. Aproximadamente, ¿cuántas porciones de verdura consume su hijo(a) al día?

- | | | | |
|--------------------------|-------------|--------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | Ninguna | <input type="checkbox"/> | Entre 1 y 2 |
| <input type="checkbox"/> | Entre 3 y 4 | <input type="checkbox"/> | Entre 5 y 6 |

4. De los siguientes alimentos, elija los de mayor preferencia por su hijo(a):

- | | | | |
|--------------------------|---|--------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Frutas | <input type="checkbox"/> | Alimentos preparados en casa |
| <input type="checkbox"/> | Verduras | <input type="checkbox"/> | Comida Chatarra (pizza, hamburguesa) |
| <input type="checkbox"/> | Alimentos de paquete (doritos, galletas, gaseosa) | | |

5. ¿Con cuánta frecuencia le presenta a su hijo(a) las frutas y verduras de una manera atractiva y diferente?

- | | | | |
|--------------------------|----------------|--------------------------|---------|
| <input type="checkbox"/> | Nunca | <input type="checkbox"/> | A veces |
| <input type="checkbox"/> | Frecuentemente | <input type="checkbox"/> | Siempre |

6. ¿Quién prepara la lonchera de su hijo(a)?

- | | | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> | Usted mismo (a) | <input type="checkbox"/> | Un familiar cercano |
| <input type="checkbox"/> | Un cuidador | <input type="checkbox"/> | Otro |

7. La persona encargada de preparar la lonchera de su hijo(a) dedica entre:

- | | | | |
|--------------------------|---------------|--------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | 1-3 minutos | <input type="checkbox"/> | 4-7 minutos |
| <input type="checkbox"/> | 10-15 minutos | <input type="checkbox"/> | No sabe |

8. En caso de que le provea dinero a su hijo para la lonchera, ¿tiene conocimiento si son saludables los alimentos que su hijo(a) compra?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

9. ¿Cuántas veces al año recibe información sobre nutrición infantil desde la institución educativa?

- | | | | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> | Nunca | <input type="checkbox"/> | 1-2 veces |
| <input type="checkbox"/> | 3-5 veces | <input type="checkbox"/> | 5 o más veces |

10. ¿Conoce estudios recientes (de los últimos 10 años) relacionados con la influencia de la alimentación en el proceso de aprendizaje y crecimiento de su hijo(a)?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

11. ¿Qué cantidad de agua en toma su hijo al día?

- | | | | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|-----------|
| <input type="checkbox"/> | 1-2 vasos | <input type="checkbox"/> | 3-4 vasos |
| <input type="checkbox"/> | 5-6 vasos | <input type="checkbox"/> | 7-8 vasos |

12. Teniendo en cuenta toda la información anterior, ¿cómo considera la nutrición de su hijo(a)?

- | | | | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | Excelente | <input type="checkbox"/> | Buena |
| <input type="checkbox"/> | Regular | <input type="checkbox"/> | Mala |

13. ¿Le gustaría recibir información sobre estrategias que le ayuden a mejorar la nutrición de su hijo(a)?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

Anexo B. Encuesta Diagnóstica sobre Nutrición Infantil para Docentes

ENCUESTA DIAGNÓSTICA SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL PARA DOCENTES

Los datos obtenidos en este estudio serán confidenciales y se tratarán conforme establece la Ley 1581 de 2012, por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales.

1. ¿Qué consumen los niños con mayor regularidad en la hora de la lonchera?

<input type="checkbox"/> Comida rápida (pizza, hamburguesa, etc.)	<input type="checkbox"/> Dulces
<input type="checkbox"/> Comida de paquetes	<input type="checkbox"/> Comida preparada en casa

2. ¿Cómo clasificaría la información que ha recibido y/o investigado sobre las consecuencias de una mala nutrición infantil?:

<input type="checkbox"/> Excelente	<input type="checkbox"/> Buena
<input type="checkbox"/> Regular	<input type="checkbox"/> Mala

3. En promedio, ¿qué cantidad de niños llevan alimentos saludables en la lonchera?

<input type="checkbox"/> La mayoría	<input type="checkbox"/> Menos de la mitad
<input type="checkbox"/> La mitad	<input type="checkbox"/> Casi ninguno

4. Los niños que llevan frutas o comida saludable en la lonchera, ¿qué cantidad consumen de la misma?

<input type="checkbox"/> Toda	<input type="checkbox"/> La mitad
<input type="checkbox"/> Poca	<input type="checkbox"/> Casi nada

5. ¿Cuentan los niños con disponibilidad de agua potable dentro del salón para el consumo diario?

<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No
-----------------------------	-----------------------------

6. ¿Cómo considera usted el consumo de agua de los niños en la jornada académica?

<input type="checkbox"/> Alto	<input type="checkbox"/> Medio
<input type="checkbox"/> Bajo	<input type="checkbox"/> Muy bajo

7. ¿Cree usted que la mayoría de los niños llevan suficiente comida en la lonchera para suplir sus necesidades nutricionales?

Sí

No

8. Considera usted que los alimentos que llevan los niños en sus loncheras son saludables en un:

100%

50%

20%

10%

9. ¿Propicia usted como docente el consumo de frutas y verduras en el aula de clase?

Sí

No

10. Si su respuesta anterior fue afirmativa, describa la manera en la que lo hace.

R.: _____

Anexo C. Encuesta Final sobre Nutrición Infantil

ENCUESTA FINAL SOBRE NUTRICIÓN INFANTIL

1. ¿Cómo clasificaría la información que ha recibido sobre nutrición infantil?

- | | | | |
|--------------------------|-----------|--------------------------|-------|
| <input type="checkbox"/> | Excelente | <input type="checkbox"/> | Buena |
| <input type="checkbox"/> | Regular | <input type="checkbox"/> | Mala |

2. ¿Qué tanto cree usted que ha mejorado el consumo de frutas en la dieta de su hijo(a) a partir de la información recibida?

- | | | | |
|--------------------------|-------|--------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> | Mucho | <input type="checkbox"/> | Medianamente |
| <input type="checkbox"/> | Poco | <input type="checkbox"/> | Nada |

3. ¿Qué tanto cree usted que ha mejorado el consumo de verduras en la dieta de su hijo(a) a partir de la información recibida?

- | | | | |
|--------------------------|-------|--------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> | Mucho | <input type="checkbox"/> | Medianamente |
| <input type="checkbox"/> | Poco | <input type="checkbox"/> | Nada |

4. ¿Cree usted que ha surgido un interés en su hijo(a) por consumir comida saludable en lugar de comida poco saludable?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

5. ¿La información que ha recibido lo(a) ha incentivado a darle una lonchera más saludable a su hijo?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

6. ¿La información compartida le ha llevado a practicar con sus hijos la preparación de platos saludables de una manera atractiva?

- | | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | Sí | <input type="checkbox"/> | No |
|--------------------------|----|--------------------------|----|

Anexo D. Carta Entrega de Cartilla

Señores:
Instituto-Colombo Venezolano
 Ciudad

Cordial Saludo,

Amablemente, nos dirigimos a ustedes con el fin de agradecer el espacio concedido para el desarrollo del proyecto "Nutrición infantil: Estrategias para padres, docentes y estudiantes del grado transición del instituto Colombo Venezolano de Medellín, Colombia" que fue desarrollado en su institución en el período de febrero a septiembre, donde observamos mediante los resultados obtenidos una mejora en las practicas nutricionales de padres y niños.

Para dar cierre a este proceso queremos dejar con ustedes un material de apoyo que consta de varias actividades prácticas para el aula de clase, con el objetivo de fortalecer hábitos saludables en los infantes y dejar un aporte para las futuras generaciones.

Agradecemos el espacio que nos han permitido y esperamos que los aportes sigan siendo enriquecedores para la institución.

Muchas gracias por su atención.

Cordialmente,

Paola Avila

Paola Avila

Lorena Quitian

Lorena Quitian

Yanira Velasco

Yanira Velasco

Hesed Charry

Hesed Charry



Am...
 15/10/2014