



**Ulearn**  
UNIVERSIDAD LAICA  
ELOY ALFARO DE MANABÍ

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ**

**EXTENSIÓN CHONE**

**EDUCACIÓN INICIAL**

**SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIA**

**INFORME FINAL**

**TÍTULO:**

**ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA  
GARANTÍA PARA EL FUTURO**

**AUTORA:**

**LILIAN GORETY VÉLEZ GILER**

**TUTOR/A:**

**DR. HERNAN BILLY LOJÁN MALDONADO, PhD**

**CHONE - MANABÍ – ECUADOR**

**2025 - 2**

## **CERTIFICAIÓN DE TUTOR**

Dr. Herman Billy Loján Maldonado, en calidad de Docente de la Carrera de Educación Inicial de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Extensión Chone y Tutor del trabajo de Sistematización de Experiencias.

### **CERTIFICO:**

Que, el presente trabajo de Sistematización de Experiencias, Titulado: “Alimentación saludable en los primeros años de vida garantía para el futuro” fue revisado exhaustivamente en varias sesiones de trabajo conjunto. Tras un proceso de Tutorías académicas y seguimiento de acuerdo a la guía establecida por el Vicerrectorado Académico, se ha verificado que el documento cumple con los parámetros determinados por dicha autoridad.

Por lo expuesto, se concluye que el trabajo original de Lillian Gorety Vélez Giler, está listo para la presentación previa a la Titulación como Licenciado/a en Ciencias de la Educación Inicial.

Chone, marzo de 2026



**Dr. Herman Billy Loján Maldonado.**

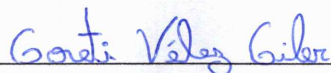
**TUTOR**

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CONSENTIMIENTO DE DERECHOS

Quien suscribe la presente: Lilian Gorety Vélez Giler, estudiante de la carrera de Educación inicial, declaro para constancia que el trabajo de Sistematización de Experiencias Titulado: “Alimentación saludable en los primeros años de vida garantía para el futuro”, es de autoría propia y ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros y consultando las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

Adicionalmente, cedo los derechos del presente trabajo a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, para que pasen a formar parte del patrimonio intelectual de trabajos de Sistematización de Experiencias, ya que ha sido realizado con apoyo académico y profesional de la Universidad.

Chone, 14 de marzo de 2026



---

Lilian Gorety Vélez Giler

1305554105

## LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL

Los miembros del Tribunal Evaluador aprueban el Informe de Resultados de Sistematización de Experiencias sobre “Alimentación saludable en los primeros años de vida garantía para el futuro” del Periodo Académico 2025-2, elaborado por el estudiante Lilian Gorety Vélez Giler.



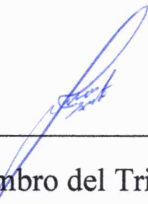
Lcda. Lila del Rocío Bermúdez Cevallos, Mgs.

Decana

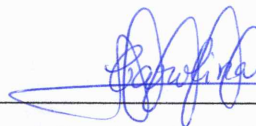


Dr. Herman Billy Loján Maldonado.

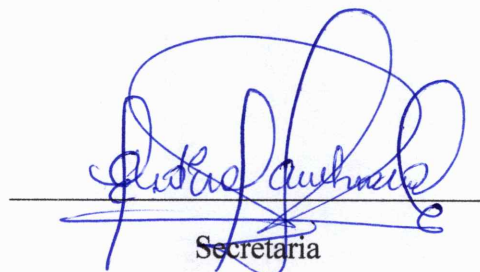
Tutor



Miembro del Tribunal.



Miembro del Tribunal.



Secretaria

Chone, junio de 2026

## **AGRADECIMIENTO**

Expreso mi profundo agradecimiento a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) por brindarme la oportunidad de fortalecer mi formación profesional mediante el Programa de Validación por Ejercicio Profesional. Asimismo, reconozco la valiosa labor de los docentes y coordinadores del programa, quienes con su guía, acompañamiento y compromiso hicieron posible el desarrollo de este proceso formativo y de sistematización de experiencias.

De igual manera, extiendo mi gratitud a las autoridades y al personal del Centro Nacional de Desarrollo Infantil (CNH) "Ositos Traviesos" y de la Escuela Ramón Giler Vega, por su apertura, colaboración y apoyo al facilitar los espacios y las condiciones necesarias para la ejecución de esta experiencia educativa.

Finalmente, agradezco de manera especial a los padres, madres y representantes de familia que participaron activamente en el desarrollo del taller, aportando con su disposición e interés, elementos fundamentales para el logro de los objetivos propuestos.

Chone, 14 de marzo de 2026

## **DEDICATORIA**

Con profundo cariño, dedico este trabajo a Dios, por acompañarme en cada momento, darme sabiduría en las decisiones y la fuerza necesaria para no rendirme ante las dificultades.

A mi familia, quienes han sido mi mayor apoyo y motivación, por sus palabras de aliento, su comprensión y por creer siempre en mis capacidades. Este logro también les pertenece, porque han sido parte fundamental de este camino.

Dedico además este esfuerzo a mis estudiantes y a sus familias, quienes con su participación y entusiasmo hicieron posible el desarrollo de esta experiencia, aportando significativamente a mi crecimiento profesional.

Finalmente, dedico este trabajo a todas aquellas personas que valoran la educación como una herramienta de cambio y que día a día contribuyen a la formación de una sociedad más justa y con mayores oportunidades.

Chone, 14 de marzo de 2026

## ÍNDICE

1.	Introducción.....	8
2.	Descripción inicial de la experiencia.....	9
2.1	Contexto espacial y temporal.....	9
2.2	Actores involucrados.....	11
3.	Recuperación del desarrollo del proceso.....	12
3.1.	MATRIZ 1. Matriz de consistencia de datos.....	12
3.2.	MATRIZ 2. Matriz de recogida de información.....	13
3.3.	MATRIZ 3. Matriz de vaciamiento de la información.....	10
3.4.	MATRIZ 4. Matriz de síntesis.....	11
4.	Análisis y reflexión de la experiencia.....	12
4.1.	Diagnóstico participativo.....	12
4.2	Transformaciones o mejoras producidas.....	13
4.3	Cambios producidos en los agentes comunitarios y educativos.....	15
5.	Lecciones Aprendidas.....	217
5.1.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva de las familias.....	217
5.2.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva del docente facilitador.....	22
5.3.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva institucional.....	23
6.	Bibliografía.....	21
7.	Anexos.....	22

## **1. Introducción**

El presente informe corresponde a la sistematización de una experiencia educativa desarrollada como parte del Trabajo de Titulación del Programa de Validación por Ejercicio Profesional del Campo Amplio de Educación de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí (ULEAM), Extensión Chone. Este proceso formativo permite a los docentes en ejercicio reflexionar críticamente sobre su práctica profesional mediante la reconstrucción, análisis e interpretación de experiencias pedagógicas significativas, con el propósito de fortalecer sus competencias investigativas y contribuir al mejoramiento de la calidad educativa en sus contextos de intervención.

La experiencia sistematizada se enmarca en el Programa Escuela para Padres impulsado por la ULEAM y se desarrolló en articulación con el Centro Nacional de Desarrollo Infantil (CNH) “Ositos Traviesos” y la Escuela Ramón Giler Vega, institución unidocente ubicada en la parroquia Convento, sitio La Lira, durante el año lectivo 2025–2026. En este contexto se implementó la charla formativa titulada “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro”, orientada a fortalecer el conocimiento parental y promover prácticas alimenticias adecuadas como base del desarrollo integral infantil.

La temática abordada responde a una necesidad identificada en el entorno educativo y comunitario, donde se evidencian prácticas alimentarias poco equilibradas y limitado acompañamiento familiar en la formación de hábitos saludables durante la primera infancia. Diversos estudios en el ámbito de la nutrición y la educación inicial han demostrado que los primeros años de vida constituyen una etapa determinante para el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los niños, por lo que la promoción de una alimentación balanceada adquiere carácter prioritario en los procesos formativos familiares y escolares.

Para efectos del proceso de titulación, y conforme a los lineamientos metodológicos institucionales, se seleccionó esta experiencia por su pertinencia pedagógica, su impacto comunitario y su potencial de transformación en las prácticas familiares. La sistematización se concibe como un ejercicio crítico–reflexivo–experiencial que permite recuperar el proceso vivido, identificar hitos relevantes, analizar aprendizajes construidos, reconocer desafíos contextuales y generar aportes que orienten futuras acciones formativas en contextos similares.

Metodológicamente, el informe se organiza siguiendo un enfoque cualitativo de sistematización de experiencias, estructurado en etapas que incluyen la descripción inicial del contexto, la recuperación del proceso mediante matrices de análisis, la interpretación crítica de los hallazgos, la identificación de transformaciones generadas y la formulación de lecciones aprendidas y productos educomunicacionales. Este enfoque permite otorgar sentido pedagógico a la práctica desarrollada, articulando teoría y experiencia en un proceso de construcción de conocimiento situado.

En este sentido, el objetivo general del presente trabajo es analizar críticamente la experiencia educativa orientada a la promoción de la alimentación saludable en los primeros años de vida, con el fin de comprender cómo el acompañamiento familiar incide en el bienestar integral y el desarrollo temprano de los niños. De manera complementaria, se busca reconstruir el proceso formativo implementado, identificar los aprendizajes emergentes en los padres de familia y valorar los efectos de la intervención en el fortalecimiento de la corresponsabilidad entre familia e institución educativa.

El presente informe no solo documenta el desarrollo de la charla formativa, sino que también evidencia su aporte al fortalecimiento del vínculo familia-escuela y a la consolidación de prácticas educativas orientadas al bienestar infantil. Asimismo, constituye un insumo académico y pedagógico que contribuye a la formación profesional de la estudiante y a la generación de propuestas replicables en otros contextos de educación inicial y comunitaria.

## **2. Descripción inicial de la experiencia**

### **2.1 Contexto espacial y temporal**

El proyecto que origina la presente sistematización se enmarca en la promoción de la alimentación saludable durante los primeros años de vida, como parte del Programa Escuela para Padres impulsado por la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí (ULEAM), Extensión Chone. Esta iniciativa se concibe como un espacio formativo orientado a fortalecer las competencias parentales y la corresponsabilidad entre familia e institución educativa, reconociendo que los hábitos alimenticios adquiridos en la infancia constituyen un pilar fundamental para el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional de los niños.

La experiencia se desarrolló en articulación con el Centro Nacional de Desarrollo Infantil (CNH) “Ositos Traviesos” y la Escuela Ramón Giler Vega, institución unidocente ubicada en la parroquia Convento, sitio La Lira, durante el año lectivo 2025–2026. La intervención consistió en la implementación de la charla formativa titulada “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro”, dirigida a 35 participantes entre padres de familia y estudiantes, con el propósito de sensibilizar, orientar y promover prácticas alimenticias equilibradas desde el hogar.

El contexto comunitario donde se desarrolló la experiencia presenta características propias del entorno rural, con familias que en su mayoría se dedican a actividades agrícolas y trabajos informales, lo que influye en sus dinámicas de crianza, disponibilidad de tiempo y acceso a información especializada sobre nutrición infantil. En este escenario, la alimentación de los niños suele estar condicionada por factores económicos, culturales y de tradición familiar, lo que hace necesario generar procesos educativos contextualizados que integren saberes científicos con prácticas cotidianas.

La institución educativa, al ser unidocente, concentra múltiples funciones pedagógicas y administrativas en un solo profesional, lo que demanda estrategias formativas integrales que involucren activamente a las familias. En coherencia con su misión de contribuir al desarrollo integral de los estudiantes y fortalecer valores comunitarios, la intervención se orientó a promover la corresponsabilidad familiar en la formación de hábitos alimenticios saludables, articulando acciones entre la escuela, el CNH y el programa universitario.

Las estrategias metodológicas implementadas incluyeron exposición dialogada, dinámicas participativas, intercambio de experiencias, análisis de casos prácticos y establecimiento de compromisos familiares. Para el desarrollo de la actividad se utilizaron recursos institucionales disponibles, tales como material didáctico, presentaciones visuales y registros documentales, priorizando la gestión interna y el aprovechamiento de medios accesibles al contexto.

La delimitación temporal de la experiencia permitió abarcar las fases de diagnóstico inicial, planificación, convocatoria, ejecución de la charla, recolección de información y proceso de sistematización. Este periodo resulta pertinente porque posibilita observar el desarrollo completo de la intervención educativa, valorar la participación de las familias y analizar los aprendizajes construidos en relación con la alimentación saludable en la primera infancia.

Asimismo, el momento seleccionado coincide con etapas del calendario escolar en las que se refuerzan hábitos y rutinas familiares, lo que facilita identificar transformaciones en las prácticas alimenticias promovidas desde el hogar.

En síntesis, el contexto espacial y temporal de la experiencia configura un escenario educativo rural donde la promoción de la alimentación saludable adquiere relevancia social y pedagógica, permitiendo generar aprendizajes significativos y aportes transferibles a otros entornos similares.

## **2.2 Actores involucrados**

En la experiencia de promoción de la alimentación saludable participaron diversos actores con roles complementarios. Los padres, madres y representantes legales de la Escuela Ramón Giler Vega asumieron un papel protagónico, participando activamente en la charla formativa, compartiendo experiencias y estableciendo compromisos para fortalecer hábitos alimenticios saludables en el hogar. En total, intervinieron 35 participantes entre padres y estudiantes.

La docente facilitadora y sistematizadora, estudiante del Programa de Validación por Ejercicio Profesional de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí (ULEAM), Extensión Chone, fue responsable de la planificación, ejecución y análisis de la experiencia, promoviendo un enfoque participativo y reflexivo.

El Centro Nacional de Desarrollo Infantil (CNH) “Ositos Traviesos” y la Escuela Ramón Giler Vega brindaron apoyo organizativo y logístico para el desarrollo de la actividad. Los docentes tutores de la ULEAM orientaron el proceso metodológico y académico de la sistematización.

Los estudiantes se constituyeron en beneficiarios directos del proceso, al recibir un mayor acompañamiento familiar en la formación de hábitos alimenticios saludables.

### 3. Recuperación del desarrollo del proceso

#### 3.1. MATRIZ 1. Matriz de consistencia de datos

Hito de la experiencia	Testimonios	Registros	Apreciaciones
<b>Convocatoria a padres de familia para la charla “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro”.</b>	Padres manifestaron interés por el tema, aunque algunos señalaron limitaciones de tiempo por trabajo.	Convocatoria escrita, lista de asistencia, cronograma de actividades.	Existe disposición para participar en temas relacionados con la salud de sus hijos, pero persisten barreras laborales propias del contexto rural.
<b>Inicio de la charla y dinámica de sensibilización sobre hábitos alimenticios.</b>	Padres expresaron sorpresa al reconocer prácticas poco saludables presentes en el hogar.	Fotografías, guía metodológica, registro de observación.	La actividad permitió generar conciencia inicial y motivó la reflexión sobre la alimentación diaria de los niños.
<b>Exposición central sobre importancia de la alimentación en la primera infancia.</b>	Representantes indicaron que comprendieron mejor la relación entre nutrición, desarrollo físico y aprendizaje.	Presentación digital, material didáctico utilizado, notas de campo.	Se evidenció apropiación de conocimientos básicos sobre alimentación balanceada y su impacto en el desarrollo integral.
<b>Trabajo grupal para identificar prácticas saludables y compromisos familiares.</b>	Padres señalaron que la actividad les ayudó a reconocer qué alimentos deben incorporar o reducir	Compromisos escritos, hojas de trabajo grupal.	El trabajo colaborativo facilitó acuerdos realistas y contextualizados según posibilidades económicas.

	en casa.		
<b>Socialización de compromisos y cierre del proceso.</b>	Comentarios positivos sobre la utilidad del taller y la necesidad de repetir este tipo de actividades.	Acta de compromisos firmada, registro fotográfico, lista de asistencia final.	Se fortaleció la corresponsabilidad familia-institución en la promoción de hábitos alimenticios saludables, aunque se requiere seguimiento continuo.

Fuente: Elaboración propia

### 3.2. MATRIZ 2. Matriz de recogida de información

Dimensiones / Elementos	Producto	Medios de verificación	Fuentes
<b>Participación familiar</b>	Diagnóstico sobre asistencia y nivel de interés en temas de alimentación infantil.	Listas de asistencia, testimonios de padres, encuesta diagnóstica.	Padres de familia, docente facilitadora.
<b>Metodología de la charla</b>	Análisis de las estrategias aplicadas para promover hábitos alimenticios saludables.	Planificación del taller, guía metodológica, fotografías, registro de observación.	Docente facilitadora y participantes.
<b>Conocimientos sobre alimentación saludable</b>	Identificación de saberes previos y aprendizajes adquiridos sobre nutrición infantil.	Encuesta inicial y final, intervenciones orales, notas de campo.	Padres de familia.
<b>Cambios percibidos tras la intervención</b>	Registro de compromisos y	Compromisos escritos, reflexión	Padres de familia y docente facilitadora.

	transformaciones en prácticas alimenticias del hogar.	grupal, testimonios.	
<b>Aprendizajes de la sistematizadora</b>	Análisis crítico de la experiencia y fortalecimiento de competencias profesionales.	Diario de campo, bitácora reflexiva, matrices de análisis.	Estudiante del programa de validación.

**Fuente:** Elaboración propia

### 3.3. MATRIZ 3. Matriz de vaciamiento de la información

<b>Variabes / Preguntas orientadoras</b>	<b>Datos relevantes</b>	<b>Puntos de reflexión</b>	<b>Otros temas planteados</b>
<b>¿Cuál es el nivel de conocimiento de los padres sobre alimentación saludable en la primera infancia?</b>	Se evidenció conocimiento básico, pero presencia de prácticas poco equilibradas en el hogar.	Es necesario fortalecer la educación nutricional desde un enfoque práctico y contextualizado.	Desconocimiento sobre porciones adecuadas y combinaciones balanceadas de alimentos.
<b>¿Cuáles son las principales dificultades para mantener hábitos alimenticios saludables?</b>	Limitaciones económicas, costumbres familiares y falta de planificación en la alimentación diaria.	La orientación debe considerar la realidad socioeconómica del contexto rural.	Interés en aprender recetas saludables y económicas.
<b>¿Cómo impactó la metodología de la charla en los</b>	La dinámica inicial generó conciencia; la exposición aclaró	La metodología participativa facilita la apropiación del	Necesidad de material visual permanente para reforzar lo aprendido.

<b>padres?</b>	dudas; el trabajo grupal permitió compromisos concretos.	conocimiento y el cambio de actitud.	
<b>¿Qué aprendizajes significativos emergieron?</b>	Padres reconocen la relación entre alimentación, desarrollo físico y rendimiento escolar.	La formación de hábitos saludables es un proceso progresivo que requiere constancia familiar.	Solicitud de más talleres sobre salud infantil y bienestar familiar.

Fuente: (Basada en Sacoto y Mendoza, 2018)

#### 3.4. MATRIZ 4. Matriz de síntesis

<b>Variables</b>	<b>Aspectos coincidentes</b>	<b>Aspectos no coincidentes</b>	<b>Aspectos aislados</b>	<b>Reflexiones y observaciones</b>
<b>Hábitos alimenticios en el hogar</b>	Padres reconocen la importancia de una alimentación saludable en la primera infancia.	Algunos consideran que la alimentación actual es "suficiente" aunque no sea balanceada.	Familias con costumbres tradicionales difíciles de modificar.	Se requiere orientación constante y ejemplos prácticos adaptados al contexto.
<b>Corresponsabilidad familiar</b>	Coinciden en que la familia es responsable de formar hábitos saludables.	No todos aplican inmediatamente los compromisos asumidos.	Padres con limitaciones económicas significativas.	Es necesario acompañamiento o progresivo y estrategias realistas según posibilidades.
<b>Metodología de la charla</b>	Dinámicas y ejemplos prácticos	Un grupo reducido presentó dificultades para	Diferencias en nivel educativo de los participantes.	La metodología debe mantener un lenguaje

	facilitaron la comprensión.	comprender términos técnicos.		sencillo, visual y contextualizado.
<b>Cambios posteriores al taller</b>	Mayor conciencia sobre el tipo de alimentos que consumen los niños.	Cambios sostenidos aún en proceso de consolidación.	Solicitud de más talleres sobre nutrición y salud infantil.	La continuidad institucional es clave para fortalecer hábitos saludables a largo plazo.

**Fuente:** (Sacoto y Mendoza, 2018)

#### **4. Análisis y reflexión de la experiencia**

##### **4.1. Diagnóstico participativo**

El diagnóstico participativo desarrollado en la charla “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro” permitió comprender, desde las voces de los padres de familia, la realidad de las prácticas alimenticias en el entorno familiar de los niños. Este proceso fue fundamental porque no se limitó a exponer información teórica, sino que integró percepciones, experiencias cotidianas, creencias culturales y condiciones socioeconómicas propias del contexto rural.

Durante la fase inicial de la charla se aplicaron dinámicas de sensibilización, preguntas orientadoras, lluvia de ideas y espacios de diálogo abierto. Estas estrategias facilitaron que los padres compartieran con sinceridad cómo organizan la alimentación en el hogar, qué tipo de alimentos consumen con mayor frecuencia sus hijos y cuáles son las principales dificultades que enfrentan para ofrecer una dieta equilibrada.

Los principales hallazgos revelaron tres situaciones relevantes:

### **1. Prácticas alimenticias poco equilibradas asociadas a factores económicos y culturales**

Varios padres manifestaron que la alimentación diaria de sus hijos se basa principalmente en alimentos de fácil acceso y bajo costo, priorizando productos altos en carbohidratos y reduciendo el consumo de frutas, verduras y proteínas variadas. También se evidenció la influencia de costumbres tradicionales y hábitos heredados que no siempre favorecen una nutrición balanceada. Esta situación refleja que las decisiones alimenticias están condicionadas por la economía familiar y por patrones culturales arraigados.

### **2. Desconocimiento sobre la relación entre alimentación y desarrollo integral**

Un grupo significativo de padres expresó que, aunque procuran que sus hijos “no pasen hambre”, no tenían claridad sobre la relación directa entre nutrición, desarrollo cerebral, concentración y rendimiento escolar. Algunos asociaban la buena alimentación únicamente con la cantidad de comida y no con su calidad nutricional. A través de ejemplos prácticos y explicaciones sencillas, se trabajó la comprensión de que una dieta balanceada incide directamente en la energía, el aprendizaje y el bienestar emocional de los niños.

### **3. Falta de planificación alimentaria en el hogar**

Se identificó que muchas familias no cuentan con una planificación semanal de alimentos, lo que genera consumo frecuente de productos procesados o comidas improvisadas. Esta situación no responde necesariamente a desinterés, sino a la falta de orientación práctica sobre cómo organizar menús saludables con recursos disponibles en la comunidad.

El diagnóstico participativo permitió, por tanto, visibilizar la necesidad de fortalecer la educación nutricional desde un enfoque contextualizado, accesible y basado en la corresponsabilidad familiar. Más que señalar deficiencias, el proceso favoreció la toma de conciencia y abrió un espacio de reflexión colectiva sobre la importancia de formar hábitos alimenticios saludables desde la primera infancia como garantía para el futuro.

## **4.2 Transformaciones o mejoras producidas**

La ejecución de la charla “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro” generó transformaciones relevantes en los ámbitos familiar, pedagógico y comunitario. En primer lugar, se evidenció un cambio significativo en la percepción de los padres respecto a la importancia de la nutrición en el desarrollo integral de sus hijos. Muchos representantes manifestaron haber comprendido la relación directa entre alimentación balanceada, energía, concentración y rendimiento escolar, lo que fortaleció su compromiso con la implementación de hábitos más saludables en el hogar.

Asimismo, se observó una mayor disposición de las familias para involucrarse en espacios formativos relacionados con la salud y el bienestar infantil. La participación activa durante la charla y la formulación de compromisos concretos reflejan un proceso de sensibilización que favorece la corresponsabilidad entre familia e institución educativa en la formación de hábitos saludables desde la primera infancia.

En el ámbito familiar, se identificaron mejoras iniciales en la selección y combinación de alimentos, así como en la intención de reducir el consumo de productos procesados y bebidas azucaradas. Los testimonios recogidos evidencian mayor conciencia sobre la necesidad de incluir frutas, verduras y proteínas en la dieta diaria, considerando las posibilidades económicas del contexto. Aunque estos cambios se encuentran en proceso de consolidación, representan avances significativos hacia prácticas alimenticias más equilibradas.

Desde la perspectiva profesional, la experiencia fortaleció las competencias pedagógicas de la docente facilitadora, especialmente en el trabajo formativo con adultos, la mediación de saberes y la adaptación de contenidos técnicos a un lenguaje sencillo y contextualizado. Esto permitió una intervención más pertinente y ajustada a la realidad sociocultural de las familias participantes.

Finalmente, a nivel comunitario e institucional, la experiencia consolidó la importancia de incorporar temáticas de salud y nutrición dentro de los espacios de Escuela para Padres, reconociendo que la alimentación saludable es un eje fundamental del bienestar infantil. La charla sentó bases para la continuidad de acciones formativas orientadas a fortalecer hábitos saludables y promover una cultura preventiva en la comunidad educativa.

### **4.3 Cambios producidos en los agentes comunitarios y educativos**

La intervención derivada de la charla “Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro” produjo transformaciones observables en distintos agentes de la comunidad educativa: padres y madres de familia, docentes, institución educativa y estudiantes como beneficiarios indirectos. Estos cambios pueden agruparse en dimensiones actitudinales, procedimentales y de proyección institucional.

#### **a) Cambios actitudinales**

En los padres y representantes se evidenció una transformación en la forma de concebir la alimentación infantil. Antes de la intervención, predominaba la idea de que “alimentar bien” significaba únicamente que el niño no pase hambre. Posteriormente, se fortaleció la comprensión de que la calidad nutricional influye directamente en el crecimiento, desarrollo cognitivo, energía y rendimiento escolar.

Se observó mayor conciencia sobre la necesidad de reducir el consumo de productos procesados, bebidas azucaradas y alimentos con bajo valor nutricional. Asimismo, emergió una actitud más reflexiva respecto a la responsabilidad familiar en la formación de hábitos saludables desde la primera infancia.

En el ámbito docente, se fortaleció una mirada más integral del proceso educativo, reconociendo que el aprendizaje no depende solo de factores pedagógicos, sino también de condiciones básicas como la nutrición y el bienestar físico del estudiante.

#### **b) Cambios procedimentales**

A nivel práctico, se identificaron acciones concretas derivadas de la charla:

- Incorporación de recomendaciones alimenticias sencillas en la rutina familiar.
- Mayor intención de planificar menús semanales con productos accesibles del entorno.
- Compromisos familiares orientados a incluir frutas, verduras y proteínas en la dieta diaria.
- Interés por informarse sobre porciones adecuadas y combinaciones equilibradas de alimentos.

Estos cambios, aunque iniciales, evidencian la transición de la reflexión a la acción, permitiendo que el aprendizaje adquirido tenga aplicación directa en el hogar.

### **c) Cambios estructurales e institucionales**

La experiencia permitió visibilizar la importancia de integrar la educación nutricional dentro de los espacios formativos dirigidos a padres de familia. Se generó la propuesta de incluir temáticas relacionadas con salud, higiene y alimentación en futuras planificaciones institucionales, fortaleciendo el enfoque preventivo y de bienestar integral.

Aunque estos cambios se encuentran en etapa inicial, representan una base para institucionalizar procesos formativos que contribuyan al desarrollo saludable de los estudiantes

### **d) Cambios en los estudiantes**

Si bien la charla estuvo dirigida a los padres, se identificaron efectos indirectos en los niños. Algunos docentes observaron mejoras en la energía, mayor disposición para participar en clase y mejor concentración en aquellos estudiantes cuyos padres manifestaron haber realizado ajustes en la alimentación.

Estos cambios iniciales refuerzan la relación directa entre nutrición adecuada y desempeño escolar.

### **e) Evidencias y límites**

Las evidencias recogidas (listas de asistencia, compromisos firmados, testimonios y observaciones docentes) respaldan la existencia de cambios actitudinales y procedimentales. Sin embargo, se reconoce que los efectos aún son incipientes y que no todas las familias presentan el mismo nivel de transformación, debido a limitaciones económicas y culturales.

La consolidación de los cambios dependerá del seguimiento institucional y de la continuidad de espacios formativos.

## **f) Recomendaciones para consolidación y seguimiento**

Para fortalecer la sostenibilidad de la experiencia, se recomienda implementar mecanismos de monitoreo como:

- Registro de participación de padres en talleres de salud y nutrición.
- Seguimiento a compromisos alimenticios asumidos.
- Encuestas periódicas sobre hábitos alimenticios familiares.
- Observación de indicadores relacionados con energía, asistencia y concentración estudiantil.
- Evaluación anual de la percepción familiar sobre la importancia de la alimentación saludable.

La evaluación sistemática permitirá medir el impacto real y ajustar estrategias, garantizando que los cambios observados se consoliden como prácticas permanentes en la comunidad educativa.

## **5. Lecciones Aprendidas**

La implementación de la charla “**Alimentación saludable en los primeros años de vida como garantía para el futuro**”, desarrollada en la institución educativa Ramón Giler Vera, parroquia de Convento, como parte del proceso de titulación del Programa de Validación por Ejercicio Profesional de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), permitió identificar aprendizajes significativos derivados de la interacción con las familias y del análisis crítico de la experiencia formativa. Estas lecciones constituyen aportes relevantes para el fortalecimiento de prácticas educativas orientadas a la promoción de hábitos saludables, la prevención de problemas nutricionales y la consolidación de una cultura de bienestar integral en la comunidad educativa.

### **5.1. Lecciones aprendidas desde la perspectiva de las familias**

**La educación nutricional requiere orientación clara y un clima de confianza.** Se evidenció que los padres participan activamente cuando reciben información en un lenguaje sencillo, práctico y respetuoso. La apertura al diálogo permitió que compartieran sus

dudas y hábitos cotidianos sin sentirse juzgados. Esto demuestra que la formación en temas de salud debe promover espacios de escucha empática y acompañamiento continuo.

**La formación de hábitos alimenticios es un proceso progresivo.**

Muchos representantes reconocieron que desconocían la relación directa entre alimentación balanceada y desarrollo cognitivo. La charla favoreció una comprensión más amplia del impacto de la nutrición en el crecimiento, la energía y el rendimiento escolar. Se comprendió que mejorar la alimentación no implica cambios radicales inmediatos, sino ajustes graduales y sostenibles.

**El diálogo reflexivo transforma prácticas familiares.**

Las dinámicas participativas permitieron cuestionar creencias arraigadas, como priorizar cantidad sobre calidad alimenticia. A través del intercambio de experiencias, las familias resignificaron la importancia de planificar menús, reducir productos procesados y aprovechar alimentos disponibles en la comunidad.

**El bienestar nutricional impacta en el desarrollo integral infantil.**

Los testimonios reflejaron mayor conciencia sobre cómo la alimentación influye en la concentración, la energía y el comportamiento de los niños. Esto reafirma que la nutrición adecuada constituye una base fundamental para el aprendizaje y la estabilidad emocional.

## **5.2. Lecciones aprendidas desde la perspectiva del docente facilitador**

**El rol docente también implica orientación en temas de bienestar integral.**

La experiencia permitió comprender que la labor educativa no se limita al ámbito académico, sino que incluye la promoción de hábitos saludables que inciden en el aprendizaje. El docente actúa como mediador de conocimientos prácticos que fortalecen la calidad de vida familiar.

**La planificación contextualizada favorece la comprensión y aplicación.**

Fue necesario adaptar el contenido técnico sobre nutrición a ejemplos cotidianos y alimentos accesibles del entorno. Esta adecuación permitió que las recomendaciones fueran realistas y aplicables a la realidad socioeconómica de las familias.

**El trabajo con adultos requiere metodologías participativas y experienciales.** Se constató que los padres se involucran más cuando pueden compartir experiencias propias y construir soluciones colectivas. El aprendizaje significativo surgió del diálogo, la reflexión grupal y la construcción conjunta de compromisos.

**La sistematización fortalece la práctica profesional.** El análisis reflexivo del proceso permitió identificar fortalezas, limitaciones y oportunidades de mejora. Esta experiencia consolidó competencias investigativas y pedagógicas, integrando teoría y práctica en un enfoque orientado a la mejora continua y al bienestar infantil.

### **5.3. Lecciones aprendidas desde la perspectiva institucional**

**La educación nutricional debe asumirse como un eje formativo permanente, no como una acción aislada.**

La charla evidenció que la formación en hábitos alimenticios saludables requiere continuidad para generar cambios sostenibles en las prácticas familiares. La orientación en temas de salud y nutrición debe integrarse de manera planificada dentro del cronograma institucional, contar con respaldo directivo y establecer mecanismos de seguimiento que permitan evaluar avances y dificultades.

**La institución educativa necesita fortalecer espacios formativos accesibles, claros y contextualizados.**

La experiencia reveló que muchas familias carecen de información práctica sobre alimentación balanceada. La implementación de estrategias educativas con lenguaje sencillo, ejemplos cotidianos y recursos visuales facilita la comprensión y aplicación en el hogar, reduciendo la brecha entre conocimiento y práctica.

**La articulación entre universidad e institución educativa enriquece el proceso formativo.**

El acompañamiento académico dentro del Programa de Validación por Ejercicio Profesional permitió fundamentar la intervención con bases teóricas actualizadas y metodologías participativas. Esta colaboración aportó rigurosidad al proceso, fortaleció la práctica pedagógica y promovió una visión integral centrada en el bienestar infantil.

**La promoción de hábitos alimenticios saludables contribuye al desarrollo integral del estudiantado.**

Los resultados de la experiencia demuestran que la nutrición adecuada influye directamente en la energía, concentración, crecimiento y rendimiento escolar de los niños. Por ello, fortalecer la corresponsabilidad familiar en este ámbito se convierte en un componente esencial para garantizar mejores condiciones de aprendizaje y bienestar a largo plazo.

## 6. Bibliografía

Padre Fabricio Alaña S. J. **conferencista**, Escuela, familia y sociedad. Conferencia impartida el 10 de agosto de 2025.

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Alimentación del lactante y del niño pequeño*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Guideline: Protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services*. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550086>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2019). *El estado mundial de la infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición*. UNICEF. <https://www.unicef.org>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2021). *Guías alimentarias basadas en alimentos*. FAO. <https://www.fao.org>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2018). *Guía de práctica clínica: Alimentación y nutrición de la mujer gestante y del niño menor de 2 años*. MSP.

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)

Victoria, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., et al. (2016). Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, 387(10017), 475–490. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7)

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2020). *Recomendaciones para una alimentación saludable*. OPS. <https://www.paho.org>

## 7. Anexos



Bienvenida del taller



Introducción al taller



Taller con los padres de familia



Actividades



Finalización del taller



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ  
FACULTAD: EXTENSIÓN CHONE

INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO  
TALLER PARA PADRES DE FAMILIA:  
"Roles de la Familia"

REGISTRO GENERAL DE PARTICIPANTES

NÓMINA DE PARTICIPANTES

Nº	NOMBRES APELLIDOS	CÉDULA	CANTÓN	PROVINCIA	SEXO	GÉNERO	
						F	M
	Jimmy Mario Santana Alario	1315130052	CHONE	Manabí		X	
	Fernando Efraim Antonio Cobano	1312471673	CHONE	Manabí			X
	Diana Karina Verdugo Rodríguez	1314965011	CHONE	Manabí		X	
	Gabriel Antonio Velásquez Alvarado	1315296432	CHONE	Manabí			X
	Evelyn Jazmín Muñoz Leizaola	2350382467	CHONE	Manabí		X	
	Washington Armando Ledezma V	1315860609	CHONE	Manabí			X
	Georgette Elizabeth Muñoz Leizaola	1350430946	CHONE	Manabí		X	
	Walter Kennedy Barrios Alvarado	1304394370	CHONE	Manabí			X
	Annis Eudalis Zambrano Mera	131044746	CHONE	Manabí		X	
	Jefferson Fabian García Moreno	1312978277	CHONE	Manabí			X
	Karely Cecilia Brano Velasco	1350462758	CHONE	Manabí		X	
	Jose Ignacio Zambrano Menéndez	2300318199	CHONE	Manabí			X
	Enrique Guayana Mendoza Alvarado	1314647154	CHONE	Manabí		X	
	Nixon Osvaldo Brano Brano	131899864	CHONE	Manabí			X
	Karla Andrea Zambrano Velásquez	1350528687	CHONE	Manabí		X	
	Jimmy Darriam Salazar Brano	1311286056	CHONE	Manabí			X
	Anna Leonor Guadalupe Ramiro	1312639923	CHONE	Manabí		X	
TOTAL 17						9	8

*Georgette Viles Giles*  
DOCENTE RESPONSABLE



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ  
FACULTAD: EXTENSIÓN CHONE

INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO  
TALLER PARA PADRES DE FAMILIA  
TEMÁTICA: ROLES DE LA FAMILIA

REGISTRO DE ASISTENCIA DE LOS PARTICIPANTES

Institución Educativa: Educación Básica 'Ramon Gil Veloz'  
Fecha: Julio 28 del 2025

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO CÉDULA	FIRMA
1	Priscila Antonia Zambrano Paros	1312167093	Priscila Zambrano
2	Deysi Aníbal Sánchez Palma	1315563377	Deysi Sanchez
3	Aleida Georgina Velásquez Rodríguez	1312232115	Aleida Velásquez
4	Juleni Margelina Ramos Velásquez	1350901193	Juleni Ramos
5	Fernando Gabriela Muñoz Cedeno	1310978273	Fernando Muñoz
6	Nathaly Lucilla Arteaga Cedeno	1313656777	Nathaly
7	Mario Eugenio Sánchez Penarrieta	1350674572	Mario Sánchez P
8	Enika Maria Gil Leon	1353054214	Enika Gil
9	Solro Belen Rodríguez Romero	1314997747	Belen R
10	Priscila Alejandra Alamo Bermeo	1314473254	Priscila
11	Fanny Carmen Quiróz Panchano	1314590496	Fanny Quiróz
12	Tania Carolina Guerrero Vaca	1315103265	Tania Carolina Guerrero
13	Sandra Elizabeth Guerrero Caceres	1316745379	Sandra Guerrero
14	Justiza Empetriz Soto Zambrano	1314794213	Justiza Soto
15	Rosa Mercedes Guerrero Vargas	1313293191	Rosa Guerrero

DOCENTE  
RESPONSABLE

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI  
 FACULTAD: EXTENSIÓN CHONE

 INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO  
 TALLER PARA PADRES DE FAMILIA:  
 "Roles de la Familia"

## REGISTRO GENERAL DE PARTICIPANTES

## NÓMINA DE PARTICIPANTES

Nº	NOMBRES APELLIDOS	CÉDULA	CANTÓN	PROVINCIA	VALOR	GÉNERO	
						F	M
1	Raquel Ruth Rodríguez Rosado	1314485040	CHONE	Manabí		X	
2	Roberto Esteban Menéndez Bravo	1311903858	CHONE	Manabí			X
3	Georgeta Notimiel Ostiza Santos	1350636666	CHONE	Manabí		X	
4	Dolores Dayana Flores Bravo	1350636765	CHONE	Manabí		X	
5	Nicolle Julissa Pizarro Guajana	9300904139	CHONE	Manabí		X	
6	Jacqueline Monserrath Zambrano S	1314997576	CHONE	Manabí		X	
7	Dorely Eubiel Ostiza Bravo	1314995398	CHONE	Manabí		X	
8	Dalia Alexy Ghemo Sosa	1351561939	CHONE	Manabí		X	
9	Karely Euciel Bravo Valdez	135062758	CHONE	Manabí		X	
10	Melicy Viriano Polma Bravo	1353602887	CHONE	Manabí		X	
11	Bimely Thelma Jara Espinoza	1350490635	CHONE	Manabí		X	
12	Wagner Antonio Maruza Garcia	1312165390	CHONE	Manabí			X
13	José Julian Menéndez Bedoño	2300382146	CHONE	Manabí			X
14	Maria Cristina Zambrano Gomez	1317368445	CHONE	Manabí		X	
15	Byron Efraim Trujillo Morias	131335328	CHONE	Manabí			X
16	Renato Jairo Morias Jara	1314474729	CHONE	Manabí			X
17	Christian Edgardo Antezgo Fuentes	131233810	CHONE	Manabí			X
TOTAL 17						11	6

  
 DOCENTE RESPONSABLE



**Uleam**  
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

VALIDACIÓN POR EJERCICIO PROFESIONAL  
CAMPO AMPLIO DE EDUCACIÓN

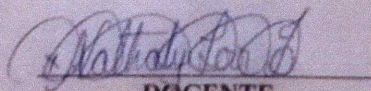
UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ  
FACULTAD: EXTENSIÓN CHONE

INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO  
TALLER PARA PADRES DE FAMILIA  
TEMÁTICA: ROLES DE LA FAMILIA

**REGISTRO DE ASISTENCIA DE LOS PARTICIPANTES**

Institución Educativa: Educación Básica "Ramon Giles Nigro"  
Fecha: domingo 14 Julio de 2025

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO CÉDULA	FIRMA
1	Isidry Milena Veloz Veloz	1314997089	Isidry V
2	Georgina Negró Ostolza Bravo	1003579263	Georgina Ostolza
3	Rosa Francisca Ostolza Bravo	1314995380	Rosa Ostolza
4	Melanie Julieta Veloz Bengifo	1351243512	Melanie V
5	Michel Amalia Pozmino Berleño	1351267503	Michel P Z
6	Geomara Valentina Nera Alcivar	1315102077	<del>Geomara Nera</del>
7	Julissis Katherine Guerrero Sánchez	1313573220	Julissis Guerrero
8	Katiuska Elizabeth Vera Pinargate	1313047290	Katiuska Vera
9	Angela Maria Pozmino Berleño	1351267404	Angela Pozmino
10	Carly Mercedes Negró Esmeraldo	1312976200	Carly Negró
11	Angela Delicia Negró Delgado	1313138351	Angela Negró
12	Lucio Joaquina Quiroz Quiroz	1350463806	Lucio Quiroz
3	Johdy Gregorio Mendoza Alvará	1315100956	Johdy Mendoza
4	María Daniela Mendoza Ostolza	1314777556	Daniela Mendoza
	Gionny Guigginza Mendoza Alcivar	1314643154	Gionny Guigginza MA

  
DOCENTE  
RESPONSABLE