



**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ**  
**EXTENSIÓN EL CARMEN**  
**CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
Creada Ley No. 10 – Registro Oficial 313 de Noviembre 13 de 1985



## **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN  
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN: EDUCACIÓN  
PARVULARIA

**“LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO  
COGNITIVO DE LOS NIÑOS(AS) DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA  
ESCUELA CÓNDOR MIRADOR SITIO SANTA ROSA DE  
VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO LECTIVO 2015-  
2016”**

ADY ARACELY CEDEÑO ZAMBRANO

**AUTORA**

LIC. ÁNGEL HOMERO PINARGOTE ZAMBRANO MG.GE.

**TUTOR**

EL CARMEN, MANABÍ

2017

## **CERTIFICACIÓN DEL TUTOR**

Quien suscribe, Licenciado Ángel Homero Pinargote Zambrano Mg.GE. en calidad de Tutor Académico designado por el Coordinador de la carrera Ciencias de la Educación, de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí Extensión en El Carmen, **CERTIFICO:** que el presente trabajo de investigación previo a la obtención del título Licenciado en Ciencias de la Educación Mención Educación Parvulario titulado **LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS(AS) DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ESCUELA CÓNDOR MIRADOR SITIO SANTA ROSA DE VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO LECTIVO 2015 – 2016”**, ha sido elaborado por la egresada **ADY ARACELY CEDEÑO ZAMBRANO**, bajo los lineamientos que demanda el manual metodológico de investigación en vigencia en la ULEAM y con el asesoramiento permanente de mi persona, por lo que se autoriza a la autora de la presente investigación que continúe con el trámite correspondiente.

LIC. ÁNGEL HOMERO PINARGOTE ZAMBRANO MG.GE.

**TUTOR**

El Carmen, diciembre, 2017

## DECLARACIÓN DE AUTORIA

La suscrita, **Ady Aracely Cedeño Zambrano**, egresada de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Extensión El Carmen, de la Carrera Ciencias de la Educación, Mención: Educación Parvularia declaro que los contenidos, resultados, análisis e interpretación, propuesta, conclusiones, recomendaciones y otros elementos impresos en la investigación “**LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS(AS) DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ESCUELA CÓNDROR MIRADOR SITIO SANTA ROSA DE VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO LECTIVO 2015-2016**”, son de mi absoluta responsabilidad y autoría, apoyada y respaldada por enunciaciones científica de diferentes autores reconocidos que se presentan en la bibliografía; al mismo tiempo declaro que el patrimonio intelectual del trabajo investigativo pertenece a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Extensión en El Carmen.

El Carmen, diciembre, 2017

**ADY ARACELY CEDEÑO ZAMBRANO**  
**AUTORA**



**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ**  
**EXTENSIÓN EL CARMEN**  
**CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**



Creada Ley No. 10 – Registro Oficial 313 de Noviembre 13 de 1985

## APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los Miembros del Tribunal Examinador Aprueban el informe de investigación, sobre el tema: **“LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS(AS) DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ESCUELA CÓNDOR MIRADOR SITIO SANTA ROSA DE VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO LECTIVO 2014-2015”**, de su autora: **ADY ARACELY CEDEÑO ZAMBRANO**, egresada de la carrera de Licenciatura en Ciencias de la Educación.

El Carmen, diciembre, 2017

Lic. Ángel Homero Pinargote Z.

**TUTOR**

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

## DEDICATORIA

A nuestro creador, él que me ha dado la fortaleza para luchar día a día por este gran logro, con toda humildad que mi corazón puede emanar dedico en primer lugar mi trabajo a Dios.

A mi familia, especialmente a mi esposo e hijas, que me han brindado su apoyo el necesario para llegar hasta donde estoy, siendo el soporte necesario para mi desarrollo, tantas palabras llenas de amor, hoy dieron sus frutos y me motivaron a llegar donde estoy, con mi corazón lleno de felicidad les dedico este trabajo.

A mis amigas, quienes han estado en los momentos más necesitados, y en los que no también.

A todos en general de una u otra manera estuvieron siempre conmigo siendo mi hombro para apoyarme, quienes creyeron en mí siempre es este éxito, los amo.

***Ady Aracely***

## **AGRADECIMIENTO**

La vida está plagada en retos, y uno de los más importantes es la Universidad. Al estar dentro de ella, me he dado cuenta que más allá de ser un reto, es la base para el entendimiento del campo en el que me he visto inmersa, si no para lo que concierne en mi vida y futuro.

Con todo mi amor agradezco a Dios y mi familia por todo el cariño brindado en toda mi etapa universitaria.

A la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí a los docentes de esta prestigiosa institución, porque fueron ellos los que fortalecieron mis conocimientos.

A mi director de tesis, el Mg. Homero Pinargote, que con sus sabios conocimientos siempre me guio y estuvo acto a colaborar y dedicarme su apoyo para que yo pudiera realizar este trabajo investigativo.

***Ady Aracely***

## RESUMEN

La presente investigación tiene por objetivo determinar la incidencia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela Cóndor Mirador sitio Santa Rosa de Venado, cantón El Carmen, periodo lectivo 2015-2016. Este trabajo está enmarcado dentro de los enfoques cualitativos y orientados hacia una investigación de campo de carácter descriptivo. Solo el 48,0% de los padres consideran que existe una alimentación balanceada en los niños, lo cual está motivado por la falta de información que poseen sobre una nutrición adecuada y reconocen su efecto sobre el rendimiento escolar de los niños y niñas. El 88% los padres encuestados señalan que el estado nutricional de los niños se percibe por el crecimiento físico, lo que se convierte en un factor determinante para el desarrollo cognitivo. El 55% de los niños siempre presentaron interés y participaron activamente durante la clase en la clase y el 46,0% manifiesta desarrollo de habilidades mentales y siempre estar activo. El 55,0% de los niños y niñas siempre reflejan tener buenos hábitos alimenticios. El total de los docentes encuestados manifiesta que los alimentos que están consumiendo los niños, no ayudan a su desarrollo y que es limitado el desarrollo de sus habilidades y destrezas. Se considera que la familia y los aspectos socioeconómicos inciden directamente en los hábitos nutricionales. El 100% de los docentes coinciden en que la inadecuada selección de alimentos es la causa del bajo rendimiento.

## Índice

Certificaci3n del tutor.....	ii
Declaraci3n de autoria.....	iii
Aprobacion del trabajo de titulaci3n.....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Resumen.....	vii
Introducci3n.....	1

### CAPÍTULO I

#### 1 MARCO TEÓRICO

1.1 La nutrici3n .....	5
1.1.1 Importancia de la nutrici3n .....	6
1.1.2 Factores condicionantes de la nutrici3n del ni1o.....	7
1.1.3 Factores para la programaci3n de una buena nutrici3n.....	8
1.1.4 Clases de nutrientes.....	9
1.1.5 Nutrici3n, crecimiento y desarrollo.....	10
1.1.6 Educaci3n en la alimentaci3n.....	11
1.1.7 Principios b1sicos de la nutrici3n.....	12
1.1.8 Importancia del desayuno.....	13
1.1.9 La comida chatarra.....	14
1.1.10 Comer bien.....	16
1.1.11 Seguridad alimentaria.....	17
1.2 Desarrollo cognitivo.....	19
1.2.1 Importancia del desarrollo cognitivo.....	20
1.2.2 El desarrollo cognitivo en ni1os de 2 a 6 a1os.....	21

1.2.3 Desarrollo de los procesos cognitivos del alumnado de Educación infantil.....	22
1.2.4 Teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget.....	23
1.2.5 Teoría de Vygotsky: desarrollo cognitivo.....	24
1.2.6 En que sentido se habla de desarrollo cognitivo .....	25
1.2.7 Las complejas relaciones entre la psicología del desarrollo cognitivo y de la educación.....	26
1.2.8 Teorías cognitivas.....	27
1.2.9 La cognición distribuida.....	28
1.2.10 La investigación neuroeducativa y el desarrollo cognitivo.....	29
1.2.11 El proceso cognitivo.....	30
1.2.12 Desarrollo de los procesos cognitivos.....	31
1.3 La nutrición relacionada con el desarrollo cognitivo.....	33
1.3.1 La supervivencia y el desarrollo.....	34
1.3.2 Consecuencias de la desnutrición y repercusiones de las intervenciones de nutrición sobre el desarrollo cognitivo, el rendimiento escolar y los ingresos.....	35
1.3.3 Los padres cuando llevan a un niño sano a consulta.....	36
1.3.4 Rendimiento físico e intelectual y variables nutricionales.....	37

## CAPITULO II

### 2 RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO

2.1 Análisis de la encuesta aplicada a los padres y madres de familia de la escuela “Cóndor Mirador” sitio Santa Rosa de Venado.....	39
2.2 Resultados de la observación aplicada a los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Condor Mirador” del cantón El Carmen, provincia de Manabí en el año lectivo 2015-2016.....	46
2.2.1 Análisis de la encuesta al director y personal docente parvularios que laboran en la escuela “Condor Mirador”.....	51

## CAPÍTULO III

## 3 DISEÑO DE LA PROPUESTA

3.1	Título de la propuesta.....	57
3.2	Datos informativos.....	57
3.3	Diagnóstico.....	58
3.4	Justificación.....	59
3.5	Objetivos.....	60
3.5.1	Objetivo general.....	60
3.6	Descripción de la propuesta.....	60
3.7	Actividades para una nutrición adecuada en los niños y niñas...	61
3.8	Recursos.....	69
3.9	Responsable.....	70
3.10	Presupuesto.....	70
	Conclusiones.....	71
	Recomendaciones.....	72
	Bibliografía.....	73
	Anexos.....	87

## INTRODUCCIÓN

La desnutrición infantil usualmente llamada desnutrición proteínica energética es una enfermedad nutricional de marcada incidencia en los países subdesarrollados. Se manifiestan desórdenes tales como marasmo, deficiencias de macro y micronutrientes, crecimiento físico retardado, desarrollo mental insuficiente y los elevados índices de morbilidad y mortalidad, todos motivados por mala alimentación en la población infantil.

“Es importante relevar que en el diseño de las herramientas educativas que promuevan la seguridad alimentaria nutricional SAN, se asume desde la perspectiva pedagógica, privilegiando el aprendizaje activo de los estudiantes. La intencionalidad de ofrecer situaciones y oportunidades de aprendizaje a partir de la alimentación escolar, involucra el rol activo del docente como mediador y orientación del estudiante que permita adquirir las capacidades necesarias para favorecer una mejora del estado nutricional.” (Velásquez, 2012)

Esta misma autora considera que tanto la adquisición de conocimientos en nutrición como la modificación de conductas alimentarias, teniendo en cuenta las experiencias adquiridas en la vida, junto a la familia y comunidad, son elementos vitales.

La nutrición y su incidencia en el desarrollo cognitivo de los niños(as) es un aspecto que debe ser estudiado en toda institución educativa, ya que a partir de ésta se genera un conocimiento y aprendizaje que es útil en el proceso de los niños con el fin que tanto docentes como directivos puedan incluir dentro del círculo académico espacio de trabajo que involucren a la

familia y contribuyan en el perfeccionamiento de proyectos de vida del grado y familiares, con miras a establecer planes y programas que puedan ser multiplicados en otras instituciones educativas.

A pesar que en los bares escolares se les exige que cumplan con el menú determinado por el Ministerio de Educación, siempre existirán problemas por los malos hábitos de alimentación que tienen los niños, en algunos casos son adquiridos en el hogar y en otros ellos se reservan de adquirir en la escuela para dejar el dinero y comprar golosinas a la salida de clases, lo que contrasta con una correcta nutrición. Indudablemente, causando de este modo un bajo rendimiento cognitivo, debido a esto no se logra un buen funcionamiento intelectual.

La correcta nutrición de los niños, es responsabilidad de los adultos que le rodean; una nutrición adecuada les ayuda a crecer saludablemente. En relación con el peso corporal, sus requerimientos de nutrientes básicos son mayores que el de los adultos. Esto no significa que un niño pequeño deba comer tanto como un adulto, sino alimentos adecuados para su edad.

En el cantón El Carmen se han reportado índices de prevalencia de desnutrición que oscilan entre 46 y 58 % por tal motivo es inminente el desarrollo del presente estudio. En tal sentido, se planteó como problema científico el bajo desarrollo cognitivo de los niños(as) del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador, Sitio Santa Rosa de Venado Cantón El Carmen Provincia de Manabí periodo Lectivo 2014 -2015.

La presente investigación tuvo como objetivo principal analizar la incidencia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños(as) del nivel inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador del Sitio Santa Rosa de Venado, Cantón El Carmen Provincia de Manabí periodo lectivo 2014-2015.

Como objetivos específicos:

- Verificar los tipos de alimentos que están consumiendo los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.
- Analizar los motivos de una mala nutrición de los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.
- Describir los factores que influyen en la nutrición de niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.
- Indagar las causas del bajo desarrollo cognitivo de los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.
- Presentar actividades educativas para estimular la nutrición adecuada y mejorar el desarrollo cognitivo de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela "Cóndor Mirador", sitios Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

Como variable independiente encontramos la Nutrición Y su variable dependiente el Desarrollo cognitivo tomándose como muestra la población intacta, conformada por la directora, 10 docentes, 35 estudiantes y 30 padres de familia de niños y niñas del inicial 2 de la escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen Provincia de Manabí.

Los métodos de investigación utilizados fueron:

Histórico-lógico: Facilitó la fundamentación teórica sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños y niñas.

Analítico-sintético: Permitió analizar las ideas derivadas del estudio realizado y de la constatación de la realidad, además, de sintetizar los elementos que resultaron de utilidad para arribar a conclusiones sobre la incidencia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de niños y niñas.

Sistémico-estructural permitió definir relaciones entre la nutrición y el desarrollo cognitivo

Como instrumentos se aplicaron:

La ficha de observación a los estudiantes.

La Encuesta a los padres.

La Entrevista al director de la institución.

Como métodos del nivel estadístico-matemático:

Se empleó el cálculo porcentual para el procesamiento de datos y la confección de tablas con la muestra seleccionada.

# CAPÍTULO I

## 1. MARCO TEÓRICO

### 1.1. LA NUTRICIÓN

“Es vital que los niños tengan una adecuada nutrición y una dieta sana para que su potencial de desarrollo sea óptimo, durante la infancia y la adolescencia, las dietas y los ejercicios pueden marcar la diferencia entre la vida sana y arriesgar a la vida necesitan, nutrientes diferentes”. (Zubirían 1990, Págs. 18-25)

La nutrición es indispensable para el ser humano es un proceso biológico que se va dando según el organismo asimile los alimentos, que son de gran necesidad para el crecimiento del niño, si hay buena nutrición hay gran resultado en la alimentación del infante.

Si al niño se le inculca buenos hábitos alimenticios todo el crecimiento del infante tendrá buenos resultados porque si desde pequeños hay una fuente alimenticia adecuada no va a ver problemas de sobrepeso ni obesidad.

Según los hábitos alimenticios que el niño demuestre dan a conocer la cultura alimenticia que tiene y sobre todo que va adquiriendo a lo largo de su vida, en esta labor intervienen los padres y educadores ellos deben impartir los conocimientos necesarios para evitar todo tipo de inconveniente, al no saber los pequeños sobre el tema de la nutrición.

### **1.1.1. Importancia de la nutrición**

Lozano, (2010 Pág. 9) “dice mantener sus funciones vitales, el organismo humano necesita un aporte continuo de agua, de energías y una sustancia llamada nutrientes, que transformadas en metabolismos se convierten en partes integrantes del cuerpo, los nutrientes están almacenados en los alimentos”.

Nutrir a los niños es muy importante ya que a si hay buena nutrición permite llevar una vida saludable, no solo físicamente, sino emocional y mentalmente.

Es necesario que las personas se relacionen con este tema, porque la mayoría de las personas piensan que nutrición es dar de comer todo tipo de comida y toman en cuenta que nutrir adecuadamente es alimentar dependiendo de la dieta saludable que lleva cada ser humano.

Una buena alimentación conlleva a un óptimo funcionamiento del organismo, ya que en la actualidad en los supermercados lo que más promocionan es la comida chatarra, si se habla de una buena nutrición es concepto de una alimentación equilibrada que proporcione energía y equilibrio, combinando alimentos de toda categoría.

Brindar a los niños es aún más importante debido a que ellos están en pleno crecimiento y necesitan lo mejor para crecer fuertes y sanos, ya hay depende de los padres que tipo de alimentación les brinden a sus hijos, pero tienen que concientizar la importancia de todo lo que le dan de comer a sus hijos.

### **1.1.2. Factores condicionantes de la nutrición del niño**

“Los cambios acontecidos en los estilos de vida y de alimentación de los niños en los últimos 25 años se deben a cambios socioeconómicos como a modificaciones en el medio familiar y ambiental, en todos los países el progresivo desarrollo socioeconómico se acompaña de cambios importantes en los hábitos alimentarios, que se caracterizan por un mayor consumo de alimentos de origen animal ricos en energía, proteínas y grasas saturadas y otros productos ricos en energía, azúcares refinados, grasas saturadas, trans y sal”. (Maldonado 2010, Pág. 9, 2ª edición)

Lo normal de cada producto que va a ser consumido muestra los componentes que contienen, los alimentos naturales no indican, pero las personas están conscientes de lo que posee cada producto debido a que le dan la debida importancia al tema y toman las precauciones necesarias para alimentar a su familia.

Hay ocasiones que por la falta de recursos económicos las personas comprar lo más barato para alimentarse, pero no toman en cuenta que puede afectar la salud de las personas.

Lo más recomendable es que las personas se alimenten con productos que son ricos en calorías, carbohidratos, proteínas y todo lo mejor en alimentación.

### 1.1.3. Factores para la programación de una buena nutrición

UNICEF (2009) “considera los conjuntos de intervenciones para la prevención y el tratamiento de la desnutrición, se deben aplicar de gran escala a fin de que genere beneficios reales en la reducción de la desnutrición infantil”.

“La aplicación de programas a gran escala en países se basó en las políticas nacionales y a menudo estuvieron orientadas por la estrategia mundial para la alimentación del infante de la OMS y la UNICEF”.

OMS: “significa organización mundial de la salud que es un organismo especializado dentro del sistema de las naciones unidas”.

UNICEF: “United Nations Internacional Childrens Emergency Fund en español fondo de naciones unidas para la infancia”.

Al tener una nutrición adecuada se evita la desnutrición es por esto que hay organizaciones que brindan campañas para ayudar a las personas que están al día del tema, también brindan la ayuda necesaria para los niños necesitados hay muchas estrategias que el gobierno da para cubrir las necesidades de los niños.

Además, provee la motivación para prevenir este problema que si llega a mayores será muy complicada y el niño tendrá un largo y delicado proceso de

recuperación, porque debido a la edad de ellos va a ser más delicado y un exigente tratamiento.

Es esta la necesidad de que los seres humanos hagan conciencia de lo que provoca una mala alimentación y es mejor prevenir a tiempo, solo es de tener paciencia y dedicar el debido tiempo a los niños para darles la alimentación adecuada.

#### **1.1.4. Clases de nutrientes**

Frontera, P. (2004, Pág. 12) “manifiesta, que existen dos tipos de nutrientes: los macronutrientes y los micronutrientes”:

“Los macronutrientes: son sustancias que se ingieren en mayores cantidades y se dividen en tres grupos: proteínas, hidrato de carbono o azúcares y grasa o lípidos”.

“Los micronutrientes son los sustratos que contiene la energía que utiliza el organismo, convirtiéndose mediante el metabolismo en energía mecánica, química y térmica, son características de las funciones del ser vivo”.

Son nutrientes que aportan energía al ser humano son indispensables para el crecimiento de los niños y otro tipo de funciones ya que macro significa grandes decir que se necesitan en grandes cantidades.

Todos estos nutrientes aportan la cantidad suficiente de vitaminas que cada niño necesita para la supervivencia, está la necesidad de dar a diario macronutrientes a los infantes para tener un crecimiento positivo.

En cambio los micronutrientes se necesitan en pequeñas dosis, esta no son necesarias a diario por lo que tienen vitaminas A D o la B12 éstas se almacenan en el hígado para cubrir las necesidades, son esenciales aunque no tengan energía son indispensables para el organismo y se obtienen a través de la alimentación.

Cada nutriente tiene su función adaptada en el cuerpo del ser humano es por eso que hay que tener una alimentación adecuada para obtener optimo resultados es la vida de las personas nutrirse bien es tener vida sana.

Son nutrientes indispensables para la vida de cada niño ellos son los más beneficiarios al obtenerlos, solo hay que mantener la cantidad adecuada y los adecuados alimentos según requiera la necesidad del pequeño.

### **1.1.5. Nutrición, crecimiento y desarrollo**

Cabezuelo, G. (2004 Pág. 13) “dice que el niño es un ser en continuo crecimiento, desde su nacimiento dedica a este proceso una parte importante de energía y nutrientes que ingiere”.

“El crecimiento se define por el aumento de masa corporal que se manifiesta por el incremento de peso y talla”.

“El desarrollo se define como maduración de todos los órganos y sistemas”.

“Son tres parámetros que se enlazan entre sí para un buen desarrollo infantil, la nutrición es el aporte y aprovechamiento de los nutrientes que el niño manifiesta a través del crecimiento y del desarrollo, el mismo que se manifiesta por el desarrollo de sus habilidades, destrezas, sociabilidad, etc.”.

Durante toda la vida la alimentación es parte fundamental del ser humano, es lo esencial para poder sobrevivir, es un proceso que se da a diario de tres comidas a mas ya hay depende de la costumbre de cada familia a la que se adapte.

Depende de que el niño tenga una nutrición adecuada para que el infante tenga buen crecimiento y un excelente desarrollo, pues si no es así habrá falencia en su crecimiento lo que afectara completamente la vida del niño.

### **1.1.6. Educación en la alimentación**

Frontera, P. (2004 Pág. 14), “manifiesta que la alimentación es tan esencial en la vida humana, que es necesaria una educación del niño y del adulto hábitos alimenticios saludables como parte esencial de prevención de muchas enfermedades, la alimentación y nutrición son además un fenómeno social y familiar y es dentro de la familia donde hay la oportunidad de educar al niño con una alimentación sana que favorezca al máximo sus posibilidades de crecimiento y desarrollo”

Los niños adquieren hábitos alimenticios en sus primeros años de vida, ellos se acostumbran dependiendo del ejemplo que tengan de sus padres,

existen otros lugares donde aprenden estos hábitos como lo son las guarderías o escuelas.

Generalmente los hábitos alimenticios saludables tienen como resultado prevención de muchas enfermedades, la educación alimentaria es muy importante en cualquier edad pero sobre todo en la infancia.

Si existe buena nutrición desde que el niño está muy pequeño, el infante se acostumbra desde ya a comer saludablemente y lo hará a lo largo de su vida, es aquí donde los padres empezaran a fomentar estos hábitos el mismo que se reforzaran en la escuela, los hábitos alimenticios son la mejor estrategia para tener una vida saludable.

#### **1.1.7. Principios básicos de la nutrición**

María Elena Figueroa (2006 Pág. 8) “destaca los siguientes principios básicos de nutrición”

- a) “Todo cuenta, si el niño come poco, que coma alimentos nutritivos, en vez de calorías vacías”.
- b) “No todas las calorías tienen la misma calidad, alimentos refinados y azucarados suelen ser calorías vacías, que satisfacen las necesidades calorías del niño y no aportan nutrientes, hay que escoger alimentos nutritivos y que a la vez aporten calorías”.
- c) “No hay que saltarse comidas, hay que procurar que el niño desayune, coma y cene, independientemente de entre las comidas, si es que las acostumbra”.
- d) “Para problemas de peso, las dietas no funcionan, sino la adecuada selección de alimentos”.
- e) “Fomentar el consumo de carbohidratos complejos”.

- f) “Limitar el azúcar al máximo, incluso el azúcar mascabado, la miel y otros endulzantes naturales”.
- g) “Evitar al máximo alimentos enlatados, procesados, con químicos y conservadores”.
- h) “Dar buen ejemplo: comer como se quiere que el niño coma”.

De los padres depende escoger alimentos nutritivos que aporten calorías, no es darles de comer por cumplir ese rol, es brindarles lo mejor en nutrición, es necesario que el niño tenga acceso a alimentos de buena calidad, ya aquí depende de la salud que tenga el niño es decir que en caso de sobre peso buscar los alimentos ideales para que no sigan engordando y si es lo contrario buscar grasas y carbohidratos esenciales para que le ayuden a subir su peso.

Los padres deben fomentar los alimentos que proveen las necesidades que pueden ser: calorías, vitaminas, minerales, proteínas entre otros, es preferible de vez en cuando utilizar azúcares refinados.

El ejemplo de los padres es la mejor enseñanza que se les puede brindar a los hijos es más fuerte que explicarles y se logrará resultados efectivamente sorprendentes.

### **1.1.8. Importancia del desayuno**

Díaz, M.E (2006 Pág. 14) “menciona que en esta etapa la importancia del desayuno es mayor que antes, más que cualquier otra comida, la primera, antes de empezar las actividades diarias, aportara a los infantes, calorías y nutrientes esenciales para su buen rendimiento físico y mental, si el niño

va a la escuela sin desayunar su rendimiento va hacer bajo presentaran debilidad y baja concentración”

El desayuno tiene que ser básico es decir no muy pesado consiste en que no lleva tantos alimentos sino lo suficiente que incluya carbohidratos de primera calidad, proteínas y líquidos para que el niño este con buen ánimo de aprender, es mejor brindarles un buen desayuno que una merienda pesada.

Ya en esta etapa depende de los padres que motiven para que sus hijos coman adecuadamente y sobre todo sea satisfactoria para que pueda aprovechar sus alimentos desde la mañana y este sea digerido por el infante de manera adecuada y no se le haga trauma como suele suceder con algunos pequeños, también tiene que ver mucho con la paciencia que los padres les brinden, ellos ponen su primer parte para este proceso.

#### **1.1.9. La comida chatarra**

Figuroa, M (2006 Pág. 14) “manifiesta que la comida llamada chatarra es alta en azúcar refinado, sal, grasas y harina refinada y baja en nutrientes, además suele contener conservadores que son muy perjudiciales para la salud, saborizantes y colorantes artificiales, la típica comida chatarra consiste en: hot dog, hamburguesas, papas fritas, helados, pasteles, chocolate, chicles, refrescos y todo tipo de dulce en general”.

A continuación, alguna sugerencia que pueden seguir ante el consumo de la comida chatarra:

- a) “No dar a los niños comida chatarra como premio”.
- b) “No prohibir de manera terminante, pues puede tener un efecto contraproducente”.
- c) “Generar buenos hábitos alimenticios desde que son pequeños”.
- d) “Tener siempre comida nutritiva y atractiva a la mano o en el refrigerador”.
- e) “Reducir en casa el consumo de alimentos fritos”.
- f) “Darse cuenta y vivir siempre con la conciencia de buena nutrición”.

Este tipo de comida es muy atractiva para las personas especialmente para los niños, estos pueden generar un mal hábito el que le impedirá alimentarse sana e integralmente, es un poco difícil erradicar completamente la comida chatarra de la alimentación de los niños debido al entorno que vive a diario.

Es por esto la importancia de mencionar sugerencias para ayudar a mejorar la nutrición de los niños en estos ayudara empaparse del dicho tema a los padres ya que ellos son los principales ayudantes para evitar tener malos hábitos alimenticios, son los padres que deben de inculcar a sus hijos a comer sanamente.

Es por eso que el gobierno en la actualidad a reformado el menú que se pueden hacer en los bares de las escuelas, hay que recalcar que es una buena táctica para ayudar a tener buena nutrición y brindar a los estudiantes la mejor comida e incentivar a que coman sanamente.

### 1.1.10. Comer bien

Burgess (2006 Pág.19), “considera que comer bien en especial con la familia y amigo, uno de los placeres más grandes de la vida, esto se logra con alimentos saludables y nutritivos, combinándolos adecuadamente”.

“Las personas se alimentan de forma saludable con alimentos, equilibrada y con alimentos variados tienen mayor probabilidad de”:

- a) “Crecer y desarrollarse sanos y fuertes”
- b) “Tener más energía para trabajar y disfrutar de sí mismo”
- c) “Sufrir menos infecciones y otras enfermedades”

Todas las personas saben que si se alimentan saludablemente y equilibradamente tendrán todos estos resultados positivos.

Los niños para crecer saludable necesitan comer bien para mantenerse activos sanos y no tener ninguna anomalía en su crecimiento, es este el compromiso de los padres ya que todos quieren tener hijos sanos.

Es por eso la necesidad de conocer los nutrientes de las diferentes familias alimenticias y sobre todo las combinaciones adecuadas que tienen que hacer.

### 1.1.11. Seguridad alimentaria

“Burgess, (2006 Pág.35) dice que una familia cuenta con seguridad alimentaria si dispone de suficientes alimentos sanos y nutritivos durante todo el año, de tal forma que todos su miembros podrán, cubrir sus necesidades nutricionales con los alimentos que prefirieran para llevar una vida sana y activa”

Lo común es que las personas obtengan sus alimentos comprándolos o produciéndolos, hay países que cuentan con programas de alimentación complementaria dirigidos a poblaciones vulnerables.

Las familias pueden mejorar su inseguridad alimentaria con las siguientes condiciones:

- a) “La producción y almacenamiento de los alimentos”
- b) “La preservación de los alimentos”
- c) “La administración del presupuesto destinado para los alimentos”
- d) “El ingreso familiar”

Son características necesarias para mejorar y tener una alimentación segura poco a poco se podrán superar dependiendo de las ganas que tengan las personas de mejorarla.

Nada mejor que el apoyo familiar, será el mejor incentivo para superar esta inseguridad.

También depende de las ganas y el esfuerzo que tenga el ser humano para tener su alimento seguro.

Hay que recalcar que la combinación de los alimentos es muy necesaria y factible, para no caer en la monotonía del hostigamiento de las mismas comidas, ya en este ámbito depende de la economía y sacrificio que ellos cuenten.

Este problema se debe a falta de información a los padres y las instituciones, una buena alimentación quiere decir que tipos de alimentos son los que se debe de ingerir hoy en día en los bares de las unidades educativas.

Es muy importante incentivar a los padres para que ellos tomen el debido interés de lo que sus hijos están injiriendo en la escuela, ellos como padres pueden dar ideas de qué tipo de comidas se pueden ofrecer a los niños, reunirlos conjuntamente con los señores del bar para ayudar hacer un menú que contribuya con los nutrientes adecuados para que ayude en el crecimiento de sus hijos.

Una opción muy productiva puede ser la ayuda de un especialista en el tema, para que brinde la información necesaria para saber qué tipo de alimentación se le puede dar a los pequeños.

Al realizar este trabajo conjuntamente todos ayudaran a sus hijos a que disfruten su comida y sobre todo ayudar a que su desarrollo sea evolutivo y positivamente fructífero.

A continuación, una lista de alimentos que se les puede dar a los niños para que tengan buena nutrición:

Lácteos.

Cereal.

Frutas.

Huevo.

Legumbres.

Carnes

## **1.2. DESARROLLO COGNITIVO**

Antoranz, (2010 pág. 170) “Lo Cognitivo se refiere a todo lo que está relacionado con el conocimiento, también se enfoca en los procedimientos intelectuales y en las conductas, se entiende que los niños construyen una comprensión del mundo que los rodea, la finalidad es estudiar los mecanismos involucrados en la creación del conocimiento, desde lo más simple a lo más complejo”

Son los cambios que se dan en el ser humano, las capacidades de desarrollar: el lenguaje, aprendizaje, pensamiento, memoria, creatividad,

etc. Todas estas características son necesarias para la evolución del ser humano porque es indispensable que el niño se reproduzca satisfactoriamente, y se lo puede lograr con el desarrollo cognitivo.

Cabe recalcar que el desarrollo cognitivo se enfoca principalmente en la intelectualidad del niño y en las conductas que se muestren en el proceso, depende mucho el buen resultado de la capacidad que tenga el niño para aprender, a través de este desarrollo el infante aumenta sus habilidades y conocimientos para poder percibir, pensar, y comprender las situaciones diarias que se le presenten, pero si él está activo y ágil podrá superar cualquier situación que se presente.

### **1.2.1. Importancia del desarrollo cognitivo**

Hay que aprovechar la mente del niño que esta activa a trabajar y comprender todo tipo de enseñanza que se le brinde, es bueno disfrutar porque ellos crecen constantemente y eso quiere decir que mientras más crezcan más aprenden, es por esto que tanto padres como docentes deben de absorber esta capacidad que tienen ellos. Si el niño tiene su desarrollo cognitivo bien estimulado ellos son capaces de resolver cualquier situación, para ellos no hay cohibición ante nada se sentirán seguros de lo que harán es esta la necesidad de desarrollar sus conocimientos a su edad propicia.

La edad preescolar es la ideal para incentivar a los infantes a desarrollar sus conocimientos sabiendo usar la metodología adecuada para tener un resultado efectivo y sobre todo fructífero.

### 1.2.2. El desarrollo cognitivo en niños de 2 a 6 años

Según Sáenz, (2007 Pág. 50-54) “El desarrollo cognitivo en la fase de dos a seis años ha sido estudiado desde dos enfoques: el psicométrista y el piagetiano”.

“El enfoque psicométrista: enfatiza los aspectos cuantitativos y de medición del desarrollo intelectual se basa en la utilización de pruebas hasta los cinco años de edad, generalmente se aplica de forma individual y que evalúan especialmente la atención del niño y sus destrezas perceptuales y lingüísticas”.

Poner a prueba la inteligencia del niño no quiere decir que se está dando una conclusión exacta para a futuro puede variar pero si es necesario ya que se puede pronosticar algo de ayuda para evitar complicaciones fuerte, es por esto también que es mejor aplicar pruebas a niños mayores de dos años ya que ellos están más aptos a dar otro tipo de resultados.

Al ver estas condiciones se puede dar un resultado del grado de estimulación que le han brindado al niño desde temprana edad.

El enfoque piagetiano: Piaget denomino el periodo de cero a dos años de edad como periodo de sensorio motor caracterizado como un énfasis en la adquisición de destrezas motoras y perceptuales que son requisitos para que el niño pueda desarrollar su capacidad cognoscitiva

A partir de los dos años el niño está apto para aprender y sobre todo asimilar todas las enseñanzas que se les imparta, según su crecimiento va mejorando sus capacidades, el infante es preparado previamente para desarrollar a su debido tiempo sus conocimientos.

Es necesario conocer estos dos enfoques que son indispensables para el desarrollo cognitivo del niño, ellos necesitan de estos para desarrollarse, es aquí donde los especialistas en el tema deben dar a conocer la importancia de las mismas ya también aquí depende de los docentes hacerles conocer a los padres tal necesidad.

### **1.2.3. Desarrollo de los procesos cognitivos del alumnado de educación infantil**

Gil, J. (2001pág.15-17) “manifiesta que durante el desarrollo cognitivo los niños tienen como principal tarea conseguir que el mundo que los rodea, tanto físico como social, parezca dotado de una organización y una constancia y descubriendo los principios que rigen en su funcionamiento. El mundo es percibido inicialmente como una sucesión de estímulos y para atenderlo es preciso organizarlo”.

El mundo en el que se vive está lleno de estímulos que llevan una secuencia, solo hay que organizar para poder entenderlo, es esta la metodología indicada para que el niño vaya aprendiendo a ordenar, construir, descubrir y es de aquí donde empieza a utilizar la lógica.

Es necesario construir el desarrollo cognitivo en los niños desde pequeños para que ellos alcancen la capacidad necesaria para pensar, hasta que

llegue la etapa de ir a la escuela es aquí donde se necesita la ayuda de la misma para mejorar sus conocimientos.

Es en la etapa escolar donde ellos empiezan a explorar conocimientos, a desenvolverse solos, los niños que se encuentran en esta etapa educativa dan a notar el aumento de sus capacidades, de sus acciones ellos reflejan lo que saben según su actitud.

#### **1.2.4. Teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget**

González, R (1997, Págs. 23-25) “manifiesta que al principio del siglo XX, propone estudiar la génesis del conocimiento, desde el pensamiento infantil al razonamiento científico del adulto, influido por el evolucionismo darwiniano, este intento epistemológico de Piaget se nos presenta como una síntesis superadora de las grandes corrientes que han tratado de presentar teorías de conocimiento humano”.

Se trata de estudiar el origen del conocimiento desde que nace el ser humano y seguir su debido proceso adecuando a la evolución que se va adquiriendo en el niño hay que incentivar a superar todo lo que se presente para que pueda aplicar todos los conocimientos adquiridos, es muy interesante aplicar esta teoría.

### 1.2.5. Teoría de Vygotsky: Desarrollo Cognitivo

Wertsch, (1981, Pág. 41) “dice que el núcleo de su estructura teórica es la siguiente”:

- a) “Los procesos psicológicos deben estudiarse en su desarrollo (método genético)”.

Según la genética del niño el aprende es por eso la necesidad de estudiar su psicología para poder entenderlo, todos los niños necesitan la debida estimulación a tiempo para que a lo largo de su vida no tenga inconveniente para aprender a desenvolverse adecuadamente.

- b) “Los procesos psicológicos superiores tienen su origen en los procesos sociales”.

Cada proceso de aprendizaje tiene de donde originarse estos dependerá de la vida social que tenga el niño y esto se reflejará en su adultez.

- c) “Los procesos mentales se entienden mediante la comprensión de los instrumentos y signos que actúan de mediadores”.

Estos procesos lo demuestran según sus actitudes o mediante lo que ellos comprendan.

Estas tres teorías se enlazan para ayudar a los niños a la superación de sus necesidades y para poder comprender lo que se vive en la vida diaria y puedan salir adelante sin la ayuda de sus padres o familiares.

Es decir, se hagan independientes y puedan solucionar cualquier situación que se les presente y no estén siempre necesitando a los adultos para superar cualquier situación.

### **1.2.6. En que sentido se habla de desarrollo cognitivo**

Overton, (2006, 2010) menciona “La característica esencial del cambio psicológico, aunque esta respuesta nos lleva a otra interrogante, porque los cambios constitutivos pueden ser de dos tipos: transformaciones y variaciones”.

“Las transformaciones se refieren a un proceso de enriquecimiento cualitativo, a cambios que no pueden ser interpretados en un sentido meramente auditivo y lineal, porque incrementan la complejidad de los sistemas que se transforman, lo cual permite emergencia de novedades”.

Se refiere a los cambios que tiene el niño y sobre todo como evolucionan de un nivel a otro, a la incrementación de aprendizajes que se dan dependiendo de la secuencia que lleve la enseñanza.

Todos estos mecanismos son interpretados de tal manera que puede aplicarse adecuadamente y a su debido tiempo en los niños para ayudarlos a mejorar su educación.

El cambio variacional tienen lugar a los cambios que surgen como resultado de las transformaciones y atañe a los cambios adaptativos de los individuos particulares en función de su contexto.

Esto se refiere a las diferencias en el proceso general del desarrollo a su vez se ocupa del desarrollo de los diferentes funciones y aspectos constitutivos del ser humano, se asocian con la mentalidad del ser humano y se desarrollan todas las funciones necesarias para que el niño evolucione adecuadamente y puede superar cualquier situación y afrentarla con toda la seguridad del caso, los cambios se dan a su debido tiempo.

También se ve el interés que los niños pongan para superar y aprender.

De acuerdo con Melerau-Ponty (1949) “El pensamiento moderno ha ocultado la relación constitutiva de los sujetos con el mundo y con los otros dejando en las sombras en trasfondo de las vivencias asociadas con la acción corporal”.

En la actualidad las sociedades tienen mejor relación existe mejor convivencia, todo se debe a las relaciones y el apoyo que se le brinda a los niños desde temprana edad ellos ponen en práctica todo lo que aprenden y lo demuestran en su diario vivir.

### **1.2.7. Las complejas relaciones entre la Psicología del desarrollo cognitivo y de la educación**

Castorina, J. (2010), “define que al igual que el desarrollo cognitivo, el concepto de educación remite a la idea de cambio psicológico, sin embargo, el cambio que esta produce en los sujetos se lleva a cabo la situación de enseñanza-aprendizaje, que tienen lugar tanto fuera de la escuela como dentro de ella”.

“Las relaciones entre el poder y la psicología del desarrollo cognitivo es parte del conocimiento objetivo, es decir que permiten plantear investigaciones y ver los resultados de lo que se han propuesto”.

El objetivo de la escuela es fomentar la disciplina y enseñar saberes, el maestro tiene la responsabilidad de ayudar al niño en esta tarea, es el que impulsa a lograr que los infantes tengan buen comportamiento y sobre todo conozcan lo que es bueno para lograr tener los mejores valores.

Al haber esta relación sobre si mismas se obtienen muchas interrogantes que indirectamente son enriquecedoras, porque estas producen el conocimiento necesario para comprender los procesos enseñanza aprendizaje y es aquí donde se produce el desarrollo cognitivo que van caracterizados por la psicología.

Es necesario estimular desde que los niños se engendran para ayudarlos a desarrollar a tiempo todas sus habilidades.

### **1.2.8. Teorías cognitivas**

Carretero, M (2012 Pág. 30-31) “Las teorías cognitivas informan sobre las formas de presentación y las estrategias de construcción del conocimiento que resultan centrales para pensar la enseñanza y el aprendizaje, las enormes transformaciones que están sufriendo el contexto cultural a partir de la sociedad posindustrial plantean la deseabilidad cognitiva de nuevas formas de aprendizajes en formatos digitales y la necesidad de aprender a lo largo de toda la vida”.

Los seres humanos en todas sus etapas desde que son niños, jóvenes o adultos desarrollan todo tipo de vínculo social, académico, cultural, etc. todo esto se refiere a la forma que ellos aprenden y enseñan, es aquí donde desenvuelven el pensamiento, la cognición, el cerebro y la mente.

Mediante las teorías el ser humano desarrolla las capacidades que le ayudan a almacenar información, además de adquirir conocimientos todo se da a lo largo de su vida.

Mientras más crezca más aprende, depende también mucho de la dedican que les brinden los padres y de la motivación a que ellos se interesen en conocer todo tipo de aprendizaje.

### **1.2.9. La cognición distribuida**

Necuzzi, C. (2013 Págs. 35-38) “manifiesta el enfoque sociocultural muestra que la cognición está distribuida entre el individuo, un artefacto mediador y el entorno, detallando un poco más la distribución se concreta en los artefactos, las reglas de procedimientos, las personas según la división del trabajo y el tiempo, el último factor se distribuye según a su vez verticalmente en diferentes dimensiones temporales ocupadas por cada participante y horizontalmente, respecto del trabajo del presente y el futuro”.

Los seres humanos se construyen según van socializando, es por eso que siempre se recalca que los niños aprenden según vayan creciendo porque es verdad que en casa los padres estimulan su conocimiento, luego se implementa en la escuela, ya aquí depende de las estrategias que él o la

docente aplique y por ultimo termina desenvolviéndose y aprendiendo en su entorno.

Hay que tener en cuenta que en la actualidad la tecnología tiene mucho que ver en el desarrollo del conocimiento, porque en este mundo tecnológico se aprende más de lo que se espera, entonces también hay que reconocer que los factores biológicos y ambientales subraya que el ser humano se rehace a través de la dialéctica de influencias reciprocas, se puede decir que las personas cambian el mundo, pero no toman él cuenta que es el mundo que cambia al ser humano.

#### **1.2.10. La investigación neuroeducativa y el desarrollo cognitivo**

Según Jones, H. (2013 Págs. 41-45) “investigador norteamericano, manifiesta que en esta área un segundo gran bloque teórico que ofrece bloques conceptuales para explicar y determinar el desarrollo cognitivo y también que la neurociencia considera el aprendizaje en términos biológicos del individuo, en tanto la educación prefiere una visión como un proceso distribuido de construcción social y a través de individuos, grupos, investigaciones y culturas”

Como se sabe el cerebro cambia con la experiencia del individuo, aunque los cambios más drásticos se dan en la infancia y la adolescencia, esto se debe a que en los primeros años de edad hay un incremento de conexiones quiere decir que el cerebro de un niño pequeño está más conectado que un adulto, es por eso que hay que aprovechar que el niño a su corta edad

es como una esponja que se empapa de todos los conocimientos que se le imparten.

La infancia es la edad perfecta para aprovechar que el niño aprenda, a su edad él se interesara por cada día por saber más, ese será un gran logro en su vida es por eso que la niñez y la adolescencia es denominada como una época especial para aprender.

Esta es la gran responsabilidad que tiene la docente de impartir la mejor manera y sobre todo tener las estrategias adecuadas para que el niño se interese en aprender.

### **1.2.11. El proceso cognitivo**

Serrano, S. (1991 Pág. 11) “Hay una serie de procesos que desempeñan un papel fundamental en las características de dicha respuesta, son los llamados procesos cognitivos, es la psicología evolutiva que tiene como base los estudios de estos procesos de la mente humana”

Pero no son una constante homogénea ni invariable, sino que interaccionan de una forma bidireccional con los procesos de aprendizajes.

Los niños tienen como características cognitivas influir en sus aprendizajes que a la vez tienen la capacidad de modificarlas, la psicología evolutiva tiene mucha relación con el desarrollo del conocimiento esto se da porque a través de la evolución el niño se desarrolla es decir que si no creciera el

infante no podría desarrollar su conocimiento es esta la necesidad de brindarles a los niños los estímulos necesarios para desde pequeños se vayan desarrollando adecuadamente.

Todo lleva una secuencia la cual es adaptada según la necesidad que el niño requiera, es por esta situación que los padres deben de tomar las debidas precauciones y la información necesaria para ayudar a los hijos cuando lo necesiten.

#### **1.2.12. Desarrollo de los procesos cognitivos**

“El desarrollo cognitivo es el proceso de conocer, que se ha convertido en un saber interdisciplinario que explica lo que significa los cambios de la memoria, atención, percepción”, entre otros Piaget (1980)

La comprensión de la cognición es conocida básicamente como la aproximación psicométrica, que mide los cambios cuantitativos de la inteligencia según como las personas vayan madurando.

La segunda es la aproximación Piagetiana, que destaca los cambios cualitativos de tal forma que los seres humanos se desarrollen.

Es de gran importancia tener en cuenta los procesos que contribuyen en el desarrollo del conocimiento del infante las que se verán reflejadas según las habilidades que demuestren ante la sociedad que se encuentre.

“En todo este proceso el desarrollo necesita de la ayuda de la psicología cognitiva y la ciencia cognitiva”.

a) PSICOLOGÍA COGNITIVA

“Se la conoce como el estudio de procesos mentales, tales como, percepción, memoria, razonamiento, solución de problemas, conceptos, atención, etc.”

Cuyo objetivo principal es la comprensión de cómo se desarrollan los procesos de los seres humanos, así se trata de explicar lo que pasa en el mundo exterior.

La psicología se encarga de ayudar a desarrollar la evolución de los niños y poco a poco ellos comprendan la realidad del mundo exterior.

b) CIENCIA COGNITIVA

“Es definida como la ciencia que busca entender los sistemas inteligentes y la naturaleza de la inteligencia”.

La ciencia cognitiva es la encargada de procesar información, no asimila la mente humana con la computadora, más bien trata de buscar la manera de asemejar la mente del ser humano a que sea tipo computacional.

Se trata de que no se de tanta importancia a las tecnologías más bien ser lo más natural posible.

### **1.3. La nutrición relacionada con el desarrollo cognitivo**

Manifiesta Diego Bellido Guerrero (2010 Pág. 3) “la alimentación en todas sus variantes culturales y en un sentido amplio define la salud de las personas, su crecimiento y su desarrollo cognitivo, la alimentación diaria de cada niño debe contener los suficientes macronutrientes y micronutrientes, para cubrir las necesidades fisiológicas, estas se hayan influenciadas por numerosos factores, como el sexo, la edad, el estado fisiológico, la lactancia materna, el crecimiento físico, la composición corporal, la actividad física y las características específicas de cada individuo”.

Es necesario que los niños tengan una nutrición adecuada para ayudar a mejorar el desarrollo de sus habilidades cognitivas, ya que al darle la alimentación necesaria su cerebro podrá potencializar su capacidad de pensar y podrá solucionar todo tipo de problemas utilizando lo que se le ha enseñado durante su aprendizaje.

Todas las áreas del conocimiento son favorecidas al tener la nutrición adecuada, hace que el niño se fortalezca, se sienta capaz de realizar cualquier actividad, que se le presente va a demostrar a través de su actitud que está bien alimentado, pragmado todo según desarrolle sus habilidades.

Como se ha podido analizar la importancia de la nutrición se considera la claridad del tema. También tener en cuenta que al hablar de nutrición se entiende que es como lo dice la palabra nutrir, combinar los alimentos adecuados no quiere decir cantidad si no calidad.

### 1.3.1. La supervivencia y el desarrollo

UNICEF (2006 Pág. 2) “La desnutrición especialmente en la infancia, es un obstáculo que impide que el individuo desarrolle todo su potencial”.

“Los niños con desnutrición tienen menos resistencia a las infecciones y más posibilidades a morir y los que sobreviven pueden quedar atrapados en un círculo vicioso de enfermedades recurrentes y alteración del crecimiento, a menudo con daños irreversibles en su desarrollo cognitivo”.

La buena nutrición es la piedra angular de supervivencias, la salud y el desarrollo cognitivo no solo de las generaciones actuales sino también de las venideras.

Los padres deben de empaparse de la importancia de tener una alimentación sana ya que esta se debe dar desde que el niño está en el vientre de su mamá, si ellas se alimentan bien tanto la madre como el niño corre menos riesgos durante el embarazo y si se realiza la debida alimentación el infante obtendrá un buen desempeño tanto escolar como físico.

Cada padre es responsable de estimular a sus hijos desde que es concebido para que tenga buena alimentación con estas características se lograra tener un niño fuerte ágil ante cualquier situación, completamente listo a desarrollar sus conocimientos.

### **1.3.2. Consecuencias de la desnutrición y repercusiones de las intervenciones de nutrición sobre el desarrollo cognitivo, el rendimiento escolar y los ingresos.**

UNICEF (2009 Pág. 14) “dice que el periodo en el que los niños crecen y se desarrollan físicamente, de manera más rápida es también el periodo donde son más vulnerables, ya desde que el niño está en el útero materno se produce una información y desarrollo importante del cerebro”.

La nutrición en la primera infancia es también un periodo para el desarrollo cognoscitivo del niño, es necesario estimular el apetito de los niños durante los primeros dos años de vida para empezar a motivar que se interesen por desarrollar sus conocimientos.

La nutrición y el desarrollo del niño tienen un efecto cinagético sobre los resultados en materia de crecimiento y desarrollo.

Nutrir desde la primera infancia tiene repercusiones duraderas sobre la salud y el bienestar en la edad adulta, los niños que padecen un crecimiento deficiente ante los dos años corren un riesgo mayor de contraer enfermedades en la edad adulta y por ende va a afectar su desarrollo cognitivo porque él no es bien alimentado va a sentir pleno desánimo.

Lo que le afectara desarrollar sus capacidades cognoscitivas quedara estancado y privado de tener una educación normal como el resto de las personas, es en este punto que ellos se sentirán discriminados, por la

sociedad y automáticamente desmotivados a continuar una vida plena como el resto de la sociedad.

### **1.3.3. Los padres cuando llevan a un niño sano a consulta**

Marín, (2008, Pág. 16) “Quiero saber cómo va mi hijo ese es el motivo más frecuente en pediatría el 80% de las consultas ambulatorias, corresponden al control del niño sano, con el propósito de saber cómo va su crecimiento y desarrollo es por lo tanto necesario aproximarse con los elementos que aportan tanto a la pediatría como la puericultura, para mantenerla salud y prevenir enfermedades”.

Llevar a los niños al pediatra es necesario ya que el especialista les brindara un control el mismo que le ayudara a prevenir enfermedades y sobre todo la desnutrición que es de mucha necesidad la prevención puesto que si existe la antes mencionada se evitara que el niño tenga una interrupción en su crecimiento.

Especialmente en el desarrollo de sus conocimientos, ya que será lo que le afectará al momento de quererles impartir enseñanzas.

Es esta la causa por los que los padres deben de llevar a sus hijos a su pediatra para llevar un control general que aplica en el crecimiento físico, psicológico, etc.

El objetivo del control del niño sano es lograr que los padres, tengan la responsabilidad de llevar en cuenta el crecimiento y desarrollo de su hijo, además para que sean los acompañantes amorosos que sus hijos necesitan y a su vez les brinden el apoyo necesario para que ellos sienta seguridad y el amor que dan sus padres hacia ellos.

Brindarle este apoyo les será de mucha motivación porque para un infante no hay mayor apoyo que sentir el amor de sus padres, valor que no se compra con ninguna suma de dinero en el mundo, esta es la idea de hacer concientizar a los padres sobre la importancia del tema antes mencionado.

#### **1.3.4. Rendimiento físico e intelectual y variables nutricionales**

Goodwin y Cols (1985) “Evalúan la asociación entre el estado nutricional y el funcionamiento cognitivo de 260 varones y mujeres que no habían padecido enfermedad física conocida y no consumían ningún medicamento”

“El estado nutricional fue determinado en base al recordatorio de 24 horas y a la determinación bioquímica de los niveles sanguíneos de los nutrientes específicos”.

“El estado cognitivo se valoró a través del test de categorías de Halstead Reitan, un test no verbal para la habilidad del pensamiento abstracto, y el test de memoria Wechsler”.

Dio como resultado con niveles bajos de vitamina C y B12 presentaron peores resultados en ambos test.

Aquí se muestra la necesidad de alimentar adecuadamente a los niños buscar tablas alimenticias o ayuda de especialistas del tema para que sea una alimentación productiva.

Y también que los niños disfruten de la comida ya que un especialista en el tema dará la información necesaria para combinar los alimentos adecuados para q a la hora de comer sea la mejor parte del día de los niños. Y lo mejor que ellos disfruten sus alimentos y a la vez sea enriquecedora su alimentación.

## CAPÍTULO II

### 2. RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO

#### 2.1. Análisis de la encuesta aplicada a los padres y madres de familia de la escuela “CONDOR MIRADOR” sitio Santa Rosa de Venado

- Verificar los tipos de alimentos que están consumiendo los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

**TABLA N°1**

**De los siguientes alimentos ¿cuál cree que consumen los niños?**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
Lácteos	7	33
Cereal	0	0
Frutas	4	19
Todos los mencionados	10	48
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela “Cóndor Mirador”

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

Del total de los padres encuestados, el 48% manifiestan que todos los alimentos citados son consumidos por los niños con normalidad; en cambio el 33% que son siete, indicaron que los niños consumen lácteos. (Tabla 1.)

Sobre el planteamiento de los padres se puede deducir que existe una nutrición balanceada en los niños y niñas que conforman la muestra de estudio, lo cual es un aspecto importante en la valoración que se realiza.

Burgess, (2006) manifiesta que las familias cuentan con seguridad alimentaria si dispone de suficientes alimentos sanos y nutritivos. De tal manera es de gran necesidad que los padres en el hogar y los docentes en la escuela tomen mayor interés en el manejo de los alimentos de los niños, por cuanto ellos requieren crecer sanos y bien nutridos y de esa forma se está contribuyendo en el fortalecimiento del desarrollo cognitivo.

- Analizar los motivos de una mala nutrición de los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

## TABLA N°2

### Indique los motivos de una mala nutrición en su hijo:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
Consumo de comidas chatarras	3	14
Falta de información de los padres sobre el tema	12	57
No combinar los alimentos adecuadamente	6	29
Otros	0	0
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 57% de los padres manifiestan que la falta de información son los motivos de la mala nutrición y un 29% considera que no combinan bien los alimentos. (Tabla 2.)

Se manifiesta un nivel de desinformación elevado, lo cual sugiere la intervención de los docentes desde la clase.

La FAO (2011) enfatiza en la promoción de regímenes alimentarios adecuados, los cuales deben estar encaminados a mejorar la salud y el bienestar poblacional. También plantea que: "Los niños en edad escolar, que es el momento decisivo para formar unos hábitos alimentarios adecuados, deben aprender a comer diversas frutas y hortalizas y disfrutar de ella evitando a la vez el exceso de dulces, bebidas azucaradas y alimentos con alto contenido de sal."

- Describir los factores que influyen en la nutrición de niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

### TABLA N°3

#### Factores que considera que influyen en la nutrición de los niños:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
Proteínas	2	9
Grasas saturadas	5	24
Sal	1	5
Todos los mencionados	13	62
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 62% de los padres manifiestan que todos los productos mencionados influyen en la nutrición de los niños; un 24% señalan que las grasas saturadas afectan a su alimentación. (Tabla 3.)

Es positivo que los padres conozcan sobre la nutrición balanceada, pero a la vez se contradice con la respuesta a la pregunta siguiente donde plantean que existe un elevado nivel de desinformación.

Maldonado (2010) manifiesta que el consumo de energías, grasas saturadas y sal se caracterizan por ser productos de un mayor consumo. Si los padres como principales responsables de la alimentación de sus hijos, deben evitar que la cadena alimenticia en la nutrición de la familia debe ser totalmente balanceada.

- Indagar las causas del bajo desarrollo cognitivo de los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

#### TABLA N°4

##### ¿Cuál es la causa del bajo rendimiento de los niños y niñas de inicial?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
Mala alimentación	3	14
Desnutrición	0	0
Escaso conocimiento de los padres en un adecuado balanceo nutricional	16	76
Desinterés por las comidas	2	10
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

En este caso se demuestra que el 76% de los padres tienen escaso conocimiento en brindarle un adecuado balanceo nutricional. (Tabla 4.)

Es evidente que esto influye en que sus hijos no tengan un adecuado desarrollo cognitivo; los docentes deben incluir actividades relacionadas con el tema en las reuniones de padres.

UNICEF (2009) considera los conjuntos de intervenciones para la prevención y el tratamiento de la desnutrición, se deben aplicar de gran escala a fin de que genere beneficios reales en la reducción de la desnutrición infantil. Una nutrición adecuada evita la desnutrición es por esto que hay programas que brindan ayuda a las personas que están al día del tema, también dan la ayuda necesaria para los niños necesitados hay muchas estrategias que el gobierno da para cubrir las necesidades de los niños, en esta situación los padres y autoridades de la institución son los únicos responsables para tener en cuenta estos beneficios.

- Indagar las causas del bajo desarrollo cognitivo de los niños y niñas del inicial 2 de la Escuela Cóndor Mirador Sitio Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

## TABLA N°5

### Reconoce el estado nutricional del niño a través de:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
Crecimiento físico	15	88
Estado fisiológico, Talla y peso normal	0	0
Agotamiento inmediato en actividades física	3	6
Bajo desarrollo cognitivo	3	6
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 88% los padres encuestados señalan que el estado nutricional de los niños se percibe por el crecimiento físico, lo que se convierte en un factor determinante para el desarrollo cognitivo. (Tabla 5.)

Es manifiesto el limitado conocimiento de los padres sobre la temática, pues un desbalance nutricional en los niños tiene varias sintomatologías e influye en el comportamiento.

Goodwin (1995) "Evalúan la asociación entre el estado nutricional y el funcionamiento cognitivo de 260 varones y mujeres que no habían padecido enfermedad física conocida y no consumían ningún medicamento". Esta es una muestra de la necesidad de alimentar adecuadamente a los niños, buscar tablas alimenticias o ayuda de especialistas del tema para que sea una alimentación productiva y también que los niños disfruten de la comida.

- Presentar actividades educativas para estimular la nutrición adecuada y mejorar el desarrollo cognitivo de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador”, sitios Santa Rosa de Venado del Cantón El Carmen.

**TABLA N°6**

**¿Cuál de las siguientes alternativas cree que contribuya a solucionar el problema de desarrollo cognitivo?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
Hacer los menús entre padres, maestros y señores del bar	11	50
Buscar a un nutricionista para que imparta información del tema	0	0
Poner en el patio carteles con el menú semanal	5	23
Hacer campañas para impartir información del tema	5	27
Total	21	100

Fuente: Padres y madres de la Escuela “Cóndor Mirador”

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 50% de los encuestados plasman que debe existir una coordinación entre padres, maestros y señores del bar en el diseño de los menús. Por otra parte, el 27% enfatiza en la necesidad de hacer campañas para impartir información del tema. (Tabla 6.)

Lograr una coordinación entre los factores, para el diseño de los menús, es primordial, pero lo que si es una acción vital es las acciones de educación nutricional a toda la comunidad escolar.

Díaz (2006) señala que en esta etapa la importancia del desayuno es mayor que antes, más que cualquier otra comida. El desayuno tiene que ser básico, no muy pesado, que lleve lo suficientes alimentos que incluya carbohidratos de primera calidad; en esta etapa es la principal comida que el niño debe de consumir porque es la que lo llenará de energías para realizar sus actividades diarias como deben de ser comúnmente.

**2.2. RESULTADOS DE LA OBSERVACIÓN APLICADA A LOS  
NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ESCUELA  
“CONDOR MIRADOR” DEL CANTÓN EL CARMEN, PROVINCIA  
DE MANABÍ EN EL AÑO LECTIVO 2015-2016**

**TABLA 7**

**¿Presenta interés durante la clase?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	6	55
A VECES	4	36
NUNCA	1	9
Total	11	100

Fuente: Niños y niñas de la Escuela “Cóndor Mirador”

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

La investigación determina que el 55% de los niños siempre presentaron interés y participaron activamente durante la clase en la clase. (Tabla 7.)

Este aspecto observado es negativo, casi la mitad de los niños y niñas no presentan un interés marcado durante el desarrollo de las clases, los docentes deben desarrollar acciones que estimulen la motivación y determinar si la nutrición puede estar influyendo en este comportamiento.

Para García (2008), las pautas de actuación del profesor en el aula inciden de forma directa en el aprendizaje de los alumnos y en la motivación. “La manera concreta en que desarrolla cada profesor su práctica docente y educativa determina el contexto próximo en el que el alumno desarrolla la mayor parte de sus tareas de aprendizaje...”, es determinante porque puede afectar la motivación.

**TABLA 8.****¿Desarrolla sus habilidades mentales?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	5	46
A VECES	5	45
NUNCA	1	9
Total	11	100

Fuente: Niños y niñas de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

En la observación en clases se determinó que en el 46% se manifiesta el desarrollo de sus habilidades mentales. (Tabla 8.)

Este comportamiento observado requiere del seguimiento por parte de los docentes, para determinar las verdaderas causales que inciden, se corrobora la necesitan de proponer acciones.

“La niñez es la etapa de la vida más importante, ya que en ella se producen cambios en forma constante, por ello es esencial tener en cuenta la importancia de la alimentación infantil. A partir de una nutrición sana, equilibrada y completa para niños se puede lograr un mejor desarrollo tanto físico como intelectual. Sobre todo, los niños entre los 3 y 5 años comienzan a tener una actividad social más amplia, la escuela y sus actividades extra escolares hacen que se deba prestar atención a la alimentación.” (García, 2017)

TABLA 9.

**¿Esta siempre activo ante cualquier situación?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	5	46
A VECES	5	45
NUNCA	1	9
Total	11	100

Fuente: Niños y niñas de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El estar siempre activo ante cualquier situación solo se pudo observar en el 46,0% de los niños y niñas, el resto manifiesta pasividad.

Estas manifestaciones observadas, llevan a recomendar actividades que despierten el interés en los niños y niñas y así de esta manera eliminar esas conductas pasivas.

“La escuela debe proporcionar los medios para que los alumnos desarrollen las aptitudes intelectuales relacionadas con el pensamiento crítico y la solución de problemas. Es preciso, entonces, concebir métodos que permitan a los educandos desarrollar esas habilidades.” (Jadue, 1997)

**TABLA 10****¿Tiene buenos hábitos alimenticios?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	6	55
A VECES	4	36
NUNCA	1	9
Total	11	100

Fuente: Niños y niñas de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

Se observó que solo el 55,0% de los niños y niñas siempre reflejan tener buenos hábitos alimenticios.

Es bajo el nivel de niños y niñas con buenos hábitos alimenticios, a pesar de las diferentes acciones que puedan acometer los docentes en el aula, es primordial el trabajo con los padres.

Macías, Guadalupe y Camacho (2012), consideran: "que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimentarios saludables."

TABLA 11.

**¿Respeto los horarios de receso?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	3	25
A VECES	6	50
NUNCA	3	25
Total	11	100

Fuente: Niños y niñas de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

Los horarios de receso solo son respetados por el 25,0% de los niños y niñas, así se manifestó en las observaciones realizadas.

Es necesario estimular en los estudiantes que durante el receso combinen una alimentación sana con ejercicios.

"...promover los hábitos alimenticios en niños de 5 años de edad, no solo contribuye a la educación, sino que, también, proporciona y mejora la salud, el bienestar, y sobre todo mantiene la estabilidad física y funciona del organismo, al consumir frutas y verduras, durante el receso de clases, promueve el consumo de vitaminas y minerales, las cuales son necesarias e indispensables para el proceso de crecimiento en los niños/as." (Chávez, 2015)

### 2.2.1. Análisis de la encuesta al director y personal docente parvularios que laboran en la escuela “Condor Mirador”

**TABLA 12.**

**¿Cree usted que los alimentos que están consumiendo los niños ayudan a su desarrollo?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	0	0
NO	2	100
Total	2	100

Fuente Docentes de la escuela “Cóndor Mirador”

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El total de los docentes encuestados (100%) manifiesta que los alimentos que están consumiendo los niños, no ayudan a su desarrollo.

Es necesario que la docente tenga en cuenta que tipo de comida ingieren los niños, ya que hay que aprovechar el crecimiento para fortalecer su capacidad de aprender, es por eso que es necesario informarse sobre cuál es la alimentación adecuada para mantener un buen metabolismo y poder crecer fuerte, sanos además de poseer capacidades bien desarrolladas.

Restrepo y Maya (2005) en sus estudios enfatiza en el papel de la familia, sobre todo la influencia materna, en el desarrollo de hábitos alimenticios desde edades tempranas. También considera que el nivel económico de la familia es determinante.

**TABLA 13.****¿Indique las manifestaciones de una mala nutrición?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
Incremento de peso y talla	0	0
Maduración de sus órganos	0	0
Desarrollo de sus destrezas y habilidades	2	100
Como se socializa	0	0
Total	2	100

Fuente: Docentes de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 100% de los docentes indica que el limitado desarrollo de sus habilidades y destrezas, son manifestaciones de una mala nutrición. (Tabla 13.)

Se debe hacer conciencia sobre la alimentación que se brinda a los niños, tener en cuenta que no es solo dar de comer en cantidades, sino de saber combinar la comida de manera saludable, así se evita problemas en la alimentación o trastornos alimenticios, ya que esto es lo común que suele suceder, porque las personas no están adecuadamente informadas del significado de una nutrición sana.

Morasso y Duro (2004) refieren que: "UNICEF, en cambio, define de una manera más amplia los resultados de calidad educativa que se deben observar en los niños y niñas e identifica los siguientes: los niños y niñas tienen que aprender lo que necesitan aprender, para aprender toda la vida; deben ser saludables, estar bien nutridos..."

**TABLA 14.****¿Indique cuál de estos factores influyen en la nutrición?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
Familia	1	50
Socioeconómica	1	50
Hábitos alimenticios		0
Total	2	100

Fuente: Docentes de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

Se considera que la familia y los aspectos socioeconómicos inciden en un 50%, cada uno. (Tabla 14.)

En la respuesta anterior no se tiene en cuenta los hábitos alimenticios, lo cual constituye un aspecto importante que en buena medida depende de los anteriores, pero no lo determinan.

Maldonado (2010) manifiesta que en todos los países el desarrollo socioeconómico se acompaña de cambios importantes en la alimentación, que se caracterizan por un mayor consumo de alimentos de origen animal ricos en energía, azúcares refinados y grasas.

**TABLA 15****Indique ¿Cuál es la causa del bajo rendimiento cognitivo?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
Come poco	0	0
Problemas de peso	0	0
Inadecuada selección de los alimentos	2	100
Total	2	100

Fuente: Docentes de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

El 100% de los encuestados manifiesta que la inadecuada selección de alimentos es la causa del bajo rendimiento. (Tabla 15.)

Es por eso que los padres y maestros deben de estar pendientes de escoger los alimentos indicados para nutrir correctamente a los infantes, para que esto no afecte su rendimiento cognitivo, sino más bien al contrario esto ayuda a que ellos se desarrollen correctamente y puedan lograr lo que se proponen

Coronel y Villalva (2011), en su estudio concluyen que los niños deben tener una dieta balanceada para evitar la mal nutrición y por ende, lograr que no se perjudique el desarrollo físico y el rendimiento escolar.

**TABLA 16.**

**¿Es posible examinar la relación entre la nutrición y el rendimiento educativo en los niños?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	2	100
NO	0	0
Total	2	100

**Fuente: Docentes de la Escuela "Cóndor Mirador"**

**Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano**

El 100% de los encuestados manifiesta que si es posible relacionar la nutrición y el rendimiento educativo de los niños. (Tabla 16.)

Bellido D. (2010) manifiesta que el desarrollo cognitivo y la alimentación de cada niño debe de contener los suficientes macronutrientes para cubrir las necesidades fisiológicas.

Es necesario brindar a los niños la mejor nutrición tomando en cuenta numerosos factores como el sexo, la edad, el estado fisiológico, el crecimiento físico, para que desarrolle las habilidades y destrezas necesarias para relacionar con todas las áreas en común.

TABLA 17.

**¿Plantearía propuestas para contribuir a solucionar el problema del rendimiento cognitivo?**

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
SI	2	100
NO	0	0
Total	2	100

Fuente: Docentes de la Escuela "Cóndor Mirador"

Autora: Ady Aracely Cedeño Zambrano

Los encuestados en un 100% consideran necesario plantear propuesta para contribuir a solucionar este problema.

Es manifiesta la conciencia del desarrollo de propuestas que coadyuven a solucionar los problemas del desarrollo cognitivo en los niños y niñas.

Al respecto, Jiménez (2000) señala: "el rendimiento es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas educativas manifestadas por el docente y el alumno..."

## CAPÍTULO III

### 3. DISEÑO DE LA PROPUESTA

#### 3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA

Acciones educativas para estimular la nutrición adecuada y mejorar el desarrollo cognitivo de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador”, sitio Santa Rosa de Venado del cantón El Carmen.

#### 3.2. DATOS INFORMATIVOS

**Nombre de la institución:**Escuela “Cóndor Mirador”

**Provincia:**Manabí

**cantón:**El Carmen

**Ubicación:**Santa Rosa vía Venado

**Número de estudiantes:**15 estudiantes del inicial 2 y en total = 68 estudiantes en la escuela

**número de docentes:** 3 docentes

**nombre del director:** Lic. Virgilio Vega

### 3.3. DIAGNÒSTICO

En la Escuela “Cóndor mirador” los alumnos del nivel inicial tienen problemas en su desarrollo cognitivo, demostrando que tienen un nivel bajo en el mismo, siendo necesario mejorar esta situación.

Dentro de la perspectiva sistemática que percibe esta exposición del desarrollo se ha insistido en los fenómenos de cambios que el niño realiza con su entorno, también está establecido que todo intercambio, toda perturbación, induce a transformaciones en el sistema, en términos piagetianos la perturbación que llega desde fuera provoca una asimilación; se da un proceso que provoca la elaboración del conocimiento del entorno. (ADOLFO PERINAT, 2005, pág. 208)

Las personas que tienen su conocimiento desarrollado poseen un nivel alto de autoestima y son capaces de defenderse ante cualquier situación que se les presente, además tienen la capacidad de experimentar nuevos conocimientos que los van adquiriendo y aplicando en su vida diaria, ellos al tener sus conocimientos adecuados y sobre todos bien adquiridos tendrán un buen futuro estudiantil.

Es un tema también se refiere al alto interés que proporcionara el infante al momento de estar recibiendo sus clases en el aula, lo que demostraran según se desenvuelvan en el entorno escolar y de la manera en la que realiza sus actividades además de cómo se expresa en el aula.

### 3.4. JUSTIFICACIÓN

Es un proceso psicofisiológico, mediante el cual se percibe información, se procesa y se entrega un tipo de respuesta interviniendo a su vez otros procesos los que van de la mano con el razonamiento, la reflexión y la percepción, mediante el cual va descubriendo y organizando todo el aprendizaje adquirido. (JOSÉ VILLALVA 2004 Pág. 209).

El desarrollo cognitivo de cada niño es visible de acuerdo se manifiesta la cualquiera actividad que se esté realizando, A través de la manera en la que trabaja y como comparte con sus compañeros, el niña empieza a desarrollar sus conocimiento cuando empieza su etapa escolar, y va evolucionando según su crecimiento y las experiencias que adquiera en la misma.

Esta propuesta es de gran beneficio ya que va a mejorar el desarrollo cognitivo del niño, hay que tomar en cuenta que se ven resultados con el apoyo de los padres y maestros para los pequeños

### **3.5. OBJETIVOS**

#### **3.5.1. Objetivo General**

Actividades educativas para estimular la nutrición adecuada y mejorar el desarrollo cognitivo de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador”, sitio Santa Rosa de Venado del cantón El Carmen”.

### **3.6. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA**

La propuesta consiste en proponer un conjunto de actividades educativas para contribuir a una nutrición adecuada en los niños y niñas y por consiguiente al desarrollo cognitivo.

Al respecto, la UNICEF señala que la buena nutrición puede cambiar fundamentalmente la vida de los niños, mejorar su desarrollo físico y mental, proteger su salud y sentar las bases de su futura capacidad reproductiva

**3.7. ACTIVIDADES PARA UNA NUTRICIÓN ADECUADA EN LOS  
NIÑOS Y NIÑAS.**

**ESCUELA  
“CONDOR MIRADOR”  
ACTIVIDADES EDUCATIVAS  
PARA DESARROLLAR  
UNA NUTRICIÓN ADECUADA  
EL CARMEN 2017**



## INTRODUCCIÓN

Estas estrategias se basan en actividades lúdicas para que los padres y docentes apliquen con los niños y niñas para el desarrollo cognitivo por lo que es necesario que sea analizado y leído con los que conforman la comunidad educativa y valoren la ayuda que brinda.

El desarrollo cognitivo está dirigido para los familiares y para la docente ya que ellos busquen las estrategias indicadas para examinar sus actitudes.

El desarrollo cognitivo, es la zona de desarrollo próximo que complementa la importancia de la interacción y con la que está claramente relacionado, se puede decir que parte de la existencia de cambios estructurales, cualitativos, desde el enfoque de la psicología del procesamiento de la información se propone una visión distinta del desarrollo cognitivo, a partir de los cinco años no hay ninguna razón para que la estructura cognitiva básica cambie con la edad y que la diferencia fundamentalmente entre niños y adultos. (DAVID KLAHR. 1998)

A través del desarrollo cognitivo se complementa muchas zonas del ser humano y a su vez hay muchos cambios que son necesarias para la evolución de cada persona, los seres humanos día a día van desarrollando sus conocimientos los cuales se complementan con su vivir diario, es por eso que se debe de aprovechar la convivencia que se obtenga.

### **Recomendaciones a seguir para desarrollar hábitos alimentarios.**

Iniciar realizando un diagnóstico del estado de salud y nutricional de los niños y niñas.

Implementar en el proceso de enseñanza-aprendizaje actividades que propicien el desarrollo de hábitos alimentarios saludables.

Se necesita contar con información relevante sobre: costumbres, conocimientos, expectativas, valores y patrones que tradicionalmente han adoptado las familias, la comunidad educativa y los niños y niñas con respecto a los hábitos alimentarios y de higiene.

Indagar sobre las preferencias, consumo alimentario y modo de vida que desarrollan en cuanto a recreación y la cultura física.

Acciones para obtener la información anterior:

Observar a los niños y niñas, durante las comidas, verificar cómo, cuándo y dónde come y qué traen de sus casas en la lonchera.

Diagnosticar cuáles son los conocimientos y preferencias y experiencias que poseen los niños y niñas, con respecto a las temáticas expuestas anteriormente para diseñar acciones que simulen situaciones reales.

Los hábitos alimenticios de todas las personas son consecuencia de muchos factores que se encuentran en su entorno familiar, social, religioso, étnico y el ámbito escolar

Los hábitos y su relación con la etnia: La alimentación es un fenómeno multidimensional en él se involucran factores biológicos y respuestas acorde a cada lugar donde se la ha de desarrollar.

Determinar el consumo, preferencias y preservación de alimentos depende mucho de la etnia a la cual pertenecemos.

En algunos pueblos la alimentación está basada a hábitos de alimentación propios de su pueblo, y al consumo de alimentos propios de la región y no toman en cuenta la diversidad de alimentos que pueden consumir para beneficiar su salud.

A los niños/as que nacen dentro de estas poblaciones se les enseña las costumbres de alimentación, que por años se vienen poniendo en práctica en los pueblos y ellos se acostumbran a tener este tipo de hábitos y también a consumir los alimentos que solo allí les proporcionan.

Se debe tomar en cuenta que en la comparación de un niño/a que consume toda clase de alimentos y otro que restringido a esto; no tienen el mismo nivel de cognición y de aprendizaje.

Por lo que se toma en cuenta que se debe educar en los pueblos, para que el consumo de alimentos se variado y no los propios de dichas poblaciones. Se ha notado que la gran parte de padres si educan a sus hijos los hábitos alimenticios según las condiciones, costumbres de su etnia lo que provocaría que los niños no se desenvuelvan con normalidad en el medio al que están expuestos y al que la sociedad los obliga pertenecer.

## ACTIVIDADES EDUCATIVAS.

- **Talleres dirigidos a padres y maestros.**

Duración: 1 hora

Desarrollo:

Se inicia con una exposición de 10 minutos sobre el tema que se tratará, podrá ser impartido por padre, maestro o especialista.

Se completa la hora con un intercambio de ideas y experiencias.

Se pueden incluir videos en la parte introductoria, para ilustrar la temática.

Tabla 1. Temas de los talleres y posibles videos instruccionales:

Temas	Posibles Videos
Alimentación sana.	Promoviendo hábitos de alimentación saludables. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c">https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c</a>
Hábitos nutricionales en el hogar	Alimentación. Buenos hábitos alimenticios. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-Tiw91vmY">https://www.youtube.com/watch?v=-Tiw91vmY</a>
La importancia de los vegetales y las frutas en la alimentación	LAS FRUTAS Y VERDURAS: Consejos de alimentación sana para evitar ENFERMEDADES.

---

[https://www.youtube.com/watch?v=-gdA\\_4913vs](https://www.youtube.com/watch?v=-gdA_4913vs)

---

La adecuada nutrición y el desarrollo físico e intelectual de los niños y niñas

10 Alimentos para fortalecer el cerebro y mejorar el rendimiento mental.

<https://www.youtube.com/watch?v=0F5Kul-0GBY>

---

El agua sustancia vital para la vida

La importancia del agua en la alimentación

<https://www.youtube.com/watch?v=tTqfYliw0GQ>

---

La higiene de los alimentos

Higiene en los alimentos.

[https://www.youtube.com/watch?v=hSz\\_naplhYk](https://www.youtube.com/watch?v=hSz_naplhYk)

---

Trastornos nutritivos más comunes en niños y niñas

Niños que rechazan comida podrían estar sufriendo trastorno.

<https://www.youtube.com/watch?v=lpJL1JVnkoc>

Aumentan casos trastornos alimentarios en niños de 9 y 10 años.

<https://www.youtube.com/watch?v=8od15UzNf7s>

---

---

Presentación atractiva de los Lunch saludables para niños: 3 alimentos recetas.

<https://www.youtube.com/watch?v=uOw3Wf-O68>

---

- **Actividades para los niños y niñas.**

**Actividades básicas.**

Duración: 20 minutos.

Indicaciones:

- Se proponen realizar actividades sencillas, las cuales se pueden realizar en el momento del lunch.
- Se recomienda su constante repetición para crear hábitos, es preciso tener en cuenta que los niños en esta etapa aprenden mucho por repetición.
- Estimular a aquellos niños y niñas que presenten conductas adecuadas y avances.

Temas a desarrollar:

- Lavarse las manos antes de ingerir los alimentos.
- Como preparar la mesa.
- Utilizar los cubiertos para comer.
- Masticar bien los alimentos.
- Consumir frutas y vegetales.
- Consumo de diferentes líquidos, mucha agua.
- Dientes sanos. Cepillado correcto.

### **Actividades de mayor complejidad.**

Duración: 1 – 2 horas.

Indicaciones:

- Las actividades serán diseñadas como pequeños proyectos. Deben tener un objetivo, las metas a alcanzar, habilidades y actitudes.
- Para el desarrollo de estas actividades los docentes deben convocar a los padres y solicitar la colaboración de especialistas cuando el caso lo requiera.
- Deben crearse escenarios que estimulen a los niños y niñas, siempre que sea posible combinar con juegos.
- Los juegos pueden ser de preguntas y respuestas relacionadas con la nutrición y el valor de cada alimento.
- Realizar concursos de dibujo sobre los observados en cada actividad.

Proyectos a ejecutar:

De investigación:

- Alimentos saludables de mi localidad.
- Los alimentos que papá trae del mercado.
- ¿Cómo Mamá organiza y conserva los alimentos?
- ¿Qué comen nuestras familias?

Para la realización de estos tres proyectos se les indicará a los niños y niñas, que, acompañados de sus padres, observen detenidamente cada uno de los lugares y procesos anteriores, para que en clase expongas sus vivencias.

De producción:

- Mi huerto escolar.
- Decorando mi lunch.

Estas actividades son muy estimuladoras para los niños, se requiera la colaboración de los padres en construir un pequeño huerto escolar y mantenerlo.

Los niños realizarán visitas para ver como crecen los cultivos, los regarán y al final los cosecharán.

Una vez cosechados se les enseñará a lavar los alimentos y a diseñar o decorar su plato.

De acompañamiento:

- La visita del Doctor.
- Visitando al cocinero.

En estos casos se necesita la participación de un especialista, o sea, un doctor o nutricionista y un cocinero; los cuales dialogarán con los niños sobre los tipos de alimentos, su valor nutritivo y formas de prepararlos y consumirlos.

### **3.8. RECURSOS**

Tecnológicos: Para las proyecciones se requiere de televisor o proyector, computadora u otro reproductor de video.

Talento Humano: Los padres y los especialistas requeridos.

Materiales: Papel, cartulina, lápices de colores, etc.

Otros: Implementos agrícolas y semillas de hortalizas principalmente.

### **3.9. RESPONSABLE**

Docentes y director de la institución.

### **3.10. PRESUPUESTO**

Como son bajos los gastos se recomienda sea asumido por los padres en la medida de la posibilidad de cada familia.

## CONCLUSIONES

Una vez finalizada la presente investigación se concluye lo siguiente:

- Solo el 48,0% de los padres consideran que existe una alimentación balanceada en los niños, lo cual está motivado por la falta de información que poseen sobre una nutrición adecuada y reconocen su efecto sobre el rendimiento escolar de los niños y niñas.
- El 88% los padres encuestados señalan que el estado nutricional de los niños se percibe por el crecimiento físico, lo que se convierte en un factor determinante para el desarrollo cognitivo.
- El 55% de los niños siempre presentaron interés y participaron activamente durante la clase en la clase y el 46,0% manifiesta desarrollo de habilidades mentales y siempre estar activo.
- El 55,0% de los niños y niñas siempre reflejan tener buenos hábitos alimenticios.
- El total de los docentes encuestados manifiesta que los alimentos que están consumiendo los niños, no ayudan a su desarrollo y que es limitado el desarrollo de sus habilidades y destrezas.
- Se considera que la familia y los aspectos socioeconómicos inciden directamente en los hábitos nutricionales.
- El 100% de los docentes coinciden en que la inadecuada selección de alimentos es la causa del bajo rendimiento.

## RECOMENDACIONES

- A las autoridades de la escuela organizar capacitaciones dirigidas a los padres para informar la necesidad de alimentar bien a los niños y así ayudar a que tengan un buen desarrollo cognitivo.
- A los padres de familia como primeros formadores de sus hijos deben de combinar adecuadamente los alimentos para fortalecer su crecimiento y por consiguiente ayuda a su desarrollo cognitivo.
- Las personas que conforman el entorno de los niños estar alerta para que no haya factores negativos y así tengan un buen desarrollo cognitivo.
- Tanto padres y docentes estar atentos a las causas que provocan el bajo rendimiento de los niños y tener en cuenta las mismas para ayudar a los niños de la mejor manera.
- Las autoridades organizar campañas para dar a conocer la relación e importancia de la nutrición y el desarrollo cognitivo para mejorar el rendimiento educativo de los niños y niñas.
- Se recomienda la aplicación de la presente propuesta, con las estrategias metodológicas para motivar a los padres y docentes a tener una idea de cómo ayudar a los niños a mejorar su desarrollo cognitivo.

## BIBLIOGRAFÍA

(s.f.).

(s.f.). Obtenido de <http://www.sav.us.es/pixelbit/pixelbit/articulos/n5/n5art/art53.htm>

(s.f.).

(Julio de 2010 ). Recuperado el 15 de enero de 2014, de <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/handle/123456789/489/EB-73.pdf?sequence=1>: <http://repo.uta.edu.ec>

Acosta, V. (2010). *Las prácticas educativas ante las dificultades del lenguaje. Una propuesta desde la acción*. Barcelona-España: LEXUS.

Alegría, J. (1985). *Estructura del lenguaje, alfabeto y aprendizaje de la lectura*. Barcelona : IME/ICE.

Alicia, C. (2003). *Cómo desarrollar el pensamiento lógico matemáticas*. Chile: Universal S.A.

Aller, C. (2009). *El hábito de la lectura*. Barcelona: Anagram.

Almeida, P. N. (2002). *Educación lúdica: técnicas y juegos pedagógicos*. Bogotá: Loyola .

Amar, J. J. (2004). *Desarrollo infantil y construcción del mundo social*. Barranquilla: UniNorte.

Ambrose. (s.f.). Obtenido de [http://www.ehowenespanol.com/cuatro-estilos-aprendizaje-visual-tactil-kinestetico-auditivo-info\\_184917/](http://www.ehowenespanol.com/cuatro-estilos-aprendizaje-visual-tactil-kinestetico-auditivo-info_184917/)

AMBROSE, K. (s.f.). Obtenido de [http://www.ehowenespanol.com/cuatro-estilos-aprendizaje-visual-tactil-kinestetico-auditivo-info\\_184917/](http://www.ehowenespanol.com/cuatro-estilos-aprendizaje-visual-tactil-kinestetico-auditivo-info_184917/)

- André, C. (1995). *Psicología del miedo: Temores, angustias y fobias*. Barcelona: Kairos-Numancia 117-121-08029.
- Ángel, A. (2000). *Actividades para el desarrollar el pensamiento lógico matemáticas*. España: Gamm S.A.
- Ángel, A. (2003). *Tipos de estimulación temprana*. España: NARCEA.
- Antonia, C. (2012). *rayosdeluzparaaelimpedido.blogspot.com/2012/06que-es-estimulación-temprana*. España.
- Antonio, S. M. (1997). *Rendimeinto Motivación* . México : padrat ,.
- Anzaldúa, A. D. (2012). La fobia social afceta la calidad de vida del niño. En A. D. Anzaldúa, <http://www.sumedico.com/nota12363.html>. México: Colibrí.
- Aragon, M. (2000). *Estilos de aprendizajes*. Guatemala: McGrazw Hill.
- ARMAS GUERRERO, A. (2009). *TEMA PARA LA EDUCACIÓN*.
- Aurora, R. T. (2007). *Estrategias de aprendizajes y comunicación*. Bogotá: Teoría del Color.
- BAHAMONDE, N., BELTRÁN, A., BULWIK, M., PERLMUTER, S., & TIGNANELLI, H. (s.f.). *CIENCIAS NATURALES 3*.
- Barco, M. (2000). *Aprendo Haciendo*. (EUNED, Ed.)
- Barco, M. (2000). *Aprendo haciendo* .
- Barreto, F. (2010). *Lengua escrita en el aula*. Bogota: ECOE.
- BAUTISTA, A. (1991). *USOS, SELECCION DE MEDIOS Y CONOCIMIENTOS PRACTICOS DEL PROFESOR*.
- Beltrán, J., & Bueno, J. A. (s.f.).

- Bernard, c. p.-G. (2009). *LO LUDICO COMO COMPONENTE DE LO PEDAGOGICO*. Obtenido de <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/files/2012/07/LO-LUDICO-COMO-COMPONENTE-DE-LO-PEDAGOGICO.pdf>
- Blanco. (1989). *Reforma del Sistema Educativo*.
- Bruzzo, M. y. (2008). *Escuela para educadoras, enciclopedia de pedagogía práctica*. Colombia: Cadiex International S.A.
- Bryant, P. (2003). *Las matemáticas y su aplicación: La perspectiva del niño*. México: Siglo XXI editores S.A. de C.v.
- Burke. (1999). Educación, investigación y Desarrollo Social. En Á. Boza. Madrid: Narcea S.A.
- C., L. (2010). *Estimulación temprana y desarrollo infantil*. Chile: Matemáticas kids.
- Carmen, A. M. (2005). *Estimulación temprana*. España: Grupo cultural.
- Carreño, I. (2008). *Metodologías del aprendizaje*. Perú: Equipo Cultural.
- Castorina, L. (1998). *Lenguaje y Pensamiento e inteligencia*. Santar S. M.
- CEAC. (1986). *Biblioteca de Educacion Preescolar*. Barcelona - España : CEAC.
- Cecilia, R. (2010). *Importancia del pensamiento*. España: Educa peques.
- Cencini, A. y. (1994). *Psicología y Formación etructuras y dinamismo*. Mexico : Publicaciones Paulinas.
- Chacon, M. (2005). *Educación física pra niños con neesidades educativas especiales*. Costa Rica : EUNED. Obtenido de <http://books.google.com.ec/books?id=qqsJX3lyN5lC&pg=PA54&dq=memoria+visual+para+la+lectura&hl=es&sa=X&ei=WYUYU8PeE>

PLI0AGz2YCAAw&ved=0CFwQ6AEwCQ#v=onepage&q=memoria  
%20visual%20para%20la%20lectura&f=false:  
<http://books.google.com.ec>

Chamorro, I. L. (2010). *El juego y su función*. Autodidactica.

Chomsky, N. (1965). *Visión del Milenio y Vision de Selectiva*. Estados Unidos: Salvat.

Cinetto, L. (S/F). *Estrategia de lectura, para mejorar la comprensión* . México: LEXUS.

CUEVAS, R. (2011). *DIDÁCTICA GENERAL Y CALIDAD EDUCATIVA*.

Devis, C. (2014). *laestrella.com.pa/panáma/nacional/estimulación-temprana*. Panamá: La estrella.

DELORENZI, O., & BLANDO, C. (s.f.). *ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE EN CIENCIAS NATURALES CONSTRUCCIÓN DE UN MODELO DIDÁCTICO*.

DOMJAN, M. (2009). *PRINCIPIO DE APRENDIZAJE Y CONDUCTA*. ESPAÑA.

Eloisa, I. (2007). *lasinfralgicas.blogspot.com/pl/el-tiempo-y-los-niños-preescolares.html*. España.

*Enciclopedia de Peagogia Practica - Escuela para padres*. (2008). Buenos Aires: Cadiex International S.A.

Erbiti, A. (2007). *Manual practico para el docente de preescolar*. Argentina: Circulo Latino Austral.

Escolapias, M. (2002). *¿Cómo leer un libro. Segunda edición*. Debate.

*Estimulación temprana*  
[rayodeluzparaelimpedido.blogspot.com/2012/06que-es-estimulaci3n-temprana-la.html](http://rayodeluzparaelimpedido.blogspot.com/2012/06que-es-estimulaci3n-temprana-la.html). (2012).

Eurom3xico, E. E. (2011). *Motivaci3n infantil preescolar*. M3xico: LEXUS.

Eurom3xico, E. E. (2011). *Motivaci3n infantil preescolar*. M3xico: LEXUS.

Feldman. (2005).

Fita, S. A. (2004, pag. 77). *Motivaci3n Escolar* . Espa1a : erdf.

Forero, M. (2009). *El pa3s de la escritura* . Argentina: ARQUETIPO GRUPO EDITORIAL.

Forero, M. T. (2007). *Lectura y memorizaci3n r3pida*. Bogot3 / Colombia : D´vinni S.A.

Freud. (1929). Diferencia entre miedo y fobia  
<http://www.deperu.com/abc/diferencias-significado/4217/diferencia-entre-miedo-y-fobia>. En G. N, *M3s all3 del miedo*. Italia: Paid3s.

Freud. (1929). *Diferencia entre miedo y fobia*  
<http://www.deperu.com/abc/diferencias-significado/4217/diferencia-entre-miedo-y-fobia>.

Galperin, T. N. (2000). *Las habilidades l3gico matem3ticas*. Espa1a: Promo libro.

G3lvez, J. (2010). *Gu3a metodol3gica de lectura y escritura para el primer grado de primaria*. Per3: Mart3nez Compa1on Editores S.R.L.

Gerson, C., & Penny, H. (S/A). *Juegos imginativos pra desrrollar I Inteligencia de los ni1os*. Espa1a: CEAC.

Gilbert, I. (2005). *Motivar para aprender en el aula: las siete claves de la motivaci3n escolar*. Nueva Yok: Rights Reserved .

Gillanders, C. (2007). *Aprendizaje de la lectura y la escritura en los años preescolares, manual del docente*. México: Trillas.

Goldberg, M. (2010). *A descubrir y conocer la magia de las letras*. Argentina : Arquetipo .

Gómez, C. (1995). *Psiquiatría Clínica*. En C. Gómez, <http://books.google.com.ec/books>. Barcelona: Masson.

Gonzalez, G. (2002). *Inteligencias multiples en el aula*. Guayaquil.

Guerrero, M. J. (2006). *Fobia Social* <http://www.ipsalevante.com/documentos/Fobiasocial.pdf>. Madrid: Masson.

Guirao, D. M. (2010). *Beneficios de la Ludoterapia*. Madrid: Planeta .

Higuera, D. J. (2013). *La fobia social y su tratamiento* <http://www.cop.es/colegiados/m-00451/fobiasocial.html>. Madrid: Narcea S.A.

Hilgard, E. (s.f.).

<http://www.buenastareas.com/ensayos/La-Realidad-Educativa-En-El-Mundo/2562619.html>. (25 de Julio de 2011). Recuperado el 23 de marzo de 2014, de <http://www.buenastareas.com/ensayos/La-Realidad-Educativa-En-El-Mundo/2562619.html>: <http://www.buenastareas.com>

<http://www.formacionyrecursos.com/desarrollo-de-la-lectoescritura-con-pictogramas.html>. (19 de 9 de 2011). Obtenido de <http://www.formacionyrecursos.com/desarrollo-de-la-lectoescritura-con-pictogramas.html>: <http://www.formacionyrecursos.com>

<http://www.slideshare.net/lesteraliaga/guas-didcticas-fundar>. (2001). Obtenido de <http://www.slideshare.net>

<http://www.slideshare.net/lesteraliaga/guas-didcticas-fundar>. (7 de  
 Noviembre de 2009). Recuperado el 24 de febrero de 2014, de  
<http://www.slideshare.net/lesteraliaga/guas-didcticas-fundar>:  
[www.slideshare.net](http://www.slideshare.net)

<http://www.slideshare.net/ramvale/tipos-de-guas>. (2011). Obtenido de  
<http://www.slideshare.net/ramvale/tipos-de-guas>:  
<http://www.slideshare.net>

Huertas. (2006, pag. 51). *Motivación Escolar*. Mexico : edicion .

Icarito. (2008). [www.icarito.cil...68-8853-9-actividades-lúdicas-ritmicas-creativas.sh](http://www.icarito.cil...68-8853-9-actividades-lúdicas-ritmicas-creativas.sh). España.

J., G. (1990). *Manual de desarrollo psicomotor del niño*. Barcelona:  
 Masson.

Jesús Beltrán Llera, J. A. (1995). *Psicología de la educación*. (1. Marcombo,  
 Ed.)

JIMÉNEZ. (2002). [efdeportes](http://www.efdeportes.com/efd131/la-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm). Obtenido de [efdeportes](http://www.efdeportes.com/efd131/la-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm):  
<http://www.efdeportes.com/efd131/la-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm>

Jiménez, J. E. (2010). *Cómo prevenir y corregir las dificultades en el aprendizaje de la lecto-escritura*. España : Síntesis, S.A. .

jimmy, J. (2014).

Jimmy, J. (2014).

José, F. (2001). *La educación matemáticas en el 2000*. España: Ediciones  
 la universal.

José, P. (2010). *Tipos de estimulación temprana*. España: Muchos libros.

- Kasner, E., & Newman, J. (2004). *Matemáticas e imaginación*. Mexico: Parced.
- KidsHealth. (31 de enero de 2015). *Motivar a los niños en edad escolar para que sean activos*:. Recuperado el 01 de febrero de 2015, de <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ve>
- Latham, M. (2001). *La lectura es un arte*. Argentina : Paidós .
- Lectura y animación. (2009). En Santillana, *Lectura y animación*. Quito-Ecuador: Santillana.
- León, E. (2004). *Técnicas de Estudio Claves para mejorar el rendimiento intelectual* . Madrid: LIBSA.
- Lerner, D. (2000). *Leer y escribir en la escuela; lo real, lo imposible y lo necesario*. Argentina : Paidós.
- Lexus. (s.f.). *Escuela Deportiva, Manual de consulta y desarrollo didáctico en educación física*. . Barcelona, España.
- Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI). (2011). Quito.
- Ludoterapia, 1. (s.f.). 1962. En D. Winnicott, <http://psicoterapeutas.eu/ludoterapia/>.
- Manassero, M. A., & Vázquez, A. . (2007). *Atribución causal aplicada a la orientación escolar*. España: Docgmert.
- Manguel, A. (1998). *Una historia de la lectura*. Madrid : Alianza Editorial.
- MANRIQUE, & GALLEGOS. (2013). *EL MATERIAL DIDÁCTICO PARA LA CONSTRUCCIÓN DE APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS*. MEDELLIN-COLOMBIA: REVISTA COLOMBIANA DE CIENCIAS SOCIALES.

María, A. (2006). *Enciclopedia de la estimulación temprana*. España: Gamma S.A.

María, L. (2006). *estimulaatubebe.blogspot.com*. España.

Maturana, S. I. (2007). *Gramática y comprensión de texto*. Bogotá / Colombia : D´vinni S.A. .

*MEDIOS DIDÁCTICOS*. (s.f.). Obtenido de MEDIOS DIDÁCTICOS:  
<http://medios-didacticos.blogspot.com/p/caracteristicas-de-los-materiales.html>

Meneces, P. (15 de abril de 2012). *El juego es una actividad de aprendizaje significativa*. Recuperado el 25 de enero de 2015, de <http://ludica.bligoo.com.co/el-juego-es-una-actividad-de-aprendizaje-significativa#.VMWkuck3nF2>

MENESES, G. (2007). *EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE: EL ACTO DIDÁCTICO*.

Mensa, E. (2005). *La gran guía de la memoria*. Quito-Ecuador: Círculo de Lectores.

*Miralet, 1972* <http://creacionliteraria.net/2011/12/qu-es-saber-leer/>. (29 de 12 de 2011). Recuperado el 17 de 2 de 2014, de <http://creacionliteraria.net/2011/12/qu-es-saber-leer/>:  
<http://creacionliteraria.net>

Mora, E. (2008). *Guía Pedagógica para el docente*. Madrid\_España: Cultural, S.A.

MORALES MUÑOZ, P. A. (2012). *ELABORACION DE MATERIAL DIDÁCTICO*. MEXICO: RED TERCER MILENIO.

Motta. (2004). *Efdeportes.com*. Obtenido de Efdeportes.com:  
<https://www.google.com.ec/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web>

&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.efdeportes.com%2Fefd131%2Fla-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm&ei=en5NVK3ILorasATJ44LQBw&usg=AFQjCNHbYgvB\_D0EYxRjqasQ0aVR8bw3iA&si

Muller, M. (S/F). *Enseñando a leer*. México.

N., T. (2005). *www.buenastareas.com/ensayos/características-de-la-estimulacióntemprana*. España.

Nardone. (1993). Origen de las fobias. En C. Scardulla, *Fobias, estrés y pánico*. Argentina: Keir.

Narvarte, M. E. (2007). *Lectoescritura aprendizaje integral*. Barcelona/España: Landeira Ediciones S.A.

Nérice, I. (2002). *Hacia una didáctica general dinámica*. Buenos Aires : Kapelusz.

Nunes, P. (2002). *Técnicas y juegos pedagógicos*. Bogota-Colombia: Loyola.

Orlando, T. (2002). *Diccionario de términos en estimulación prenatal y temprana*. Perú: Punto 7- Perú.

Orlansky. (1949). España: Masson.

Ormrod. (2005).

Ostrovsky, I., & Erbiti, A. (2009). *Didáctica Grupal, estrategias de aprendizaje colaborativo*. Colombia: D´vinni S.A.

PERE MARQUÉS , G. (2001). *SELECCION DE MATERIALES DIDACTICOS Y DISEÑO DE INTERVENCIONES EDUCATIVAS*.

Pereira, J. (1982). *Estrategias de enseñanza aprendizaje* . San José: IICA.

- Petrovski, A. (1999). *Psicología general*. San Salvador: Edito-Universitaria, UES.
- Porro, F. (2014). *Ludoterapia y su definición* [http://www.terapiaalternativa.eu/terapias\\_alternativas/terapias\\_tratamientos/que\\_es\\_la\\_ludoterapia](http://www.terapiaalternativa.eu/terapias_alternativas/terapias_tratamientos/que_es_la_ludoterapia). Argentina: Keir .
- Reinoso, G. (2004). *Iniciación de la lectura*. Quito-Ecuador: Ministerio de Educacion y Cultura.
- Reinoso, G. (2005). *La lectura como potenciadora de valores en la educacion basica*. Quito / Ecuador .
- Reinoso, G. (2005). *La lectura como potenciadora de valores en la educacion basica*. Quito-Ecuador: Ministerio de Educacion y Cultura.
- Ricardo, R. (2003). *Capacidades del niño: Guía de estimulación temprana de 0 a 6 años*. España: Ediciones, palabras S.A.
- Rodríguez, E. A. (2007). *Si tus miedos te dominan, tus sueños mueren* [http://www.degerencia.com/articulo/si\\_tus\\_miedos\\_te\\_dominan\\_tus\\_suenos\\_mueren](http://www.degerencia.com/articulo/si_tus_miedos_te_dominan_tus_suenos_mueren). Barcelona: Kairos.
- ROJA VELÁSQUEZ, F. (2001). *ENFOQUES SOBRE EL APRENDIZAJE HUMANO*.
- ROMERO, F., & LAVIGNE. (2005). *DIFICULTADES EN EL APRENDIZAJE: UNIFICACIÓN DE CRITERIOS DIAGNOSTICO*. TECHNOGRAPHIC, SL.
- Rubio, P. (2007). *Función del juego en la infancia* <http://www.ayuda-psicologia.org/2007/12/el-juego-en-la-infancia.html>. Buenos Aires.
- Schaffer, H. R. (1996). *Desarrollo Social*. En <http://books.google.com.ec/books>. México: Siglo XXI.

SEVILLANO. (1991). SAV.US. Obtenido de SAV.US:  
<http://www.sav.us.es/pixelbit/pixelbit/articulos/n5/n5art/art53.htm>

Silvia, Á. S. (2013). *Juegos y juguetes para estimular a los niños en su primera infancia.* Obtenido de  
<http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&ved=0CC4QFjAC&url=http%3A%2F%2Fwww.guiainfantil.com%2Farticulos%2Feducacion%2Fjuguetes%2Fjuegos-y-juguetes-para-estimular-a-los-ninos-en-su-primera-infancia%2F&ei=3KvNVLyeDe3isAS24IHIAg&usg=AF>

Tagle, E. Y. (2000). *Lúdica.org*. Obtenido de Lúdica.org:  
<http://www.ludica.org/>

Tapia, A. (2005, pag. 15). *Motivación Escolar*. Mexico : edi. .

TAREASYA. (s.f.). Obtenido de TAREASYA:  
[http://www.tareasya.com.mx/index.php?option=com\\_content&view=article&id=3602:Los-materiales-did%C3%A1cticos&Itemid=376](http://www.tareasya.com.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=3602:Los-materiales-did%C3%A1cticos&Itemid=376)

Terré, O. (2002). *Estimulación*  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Estimulaci%C3%B3n\\_temprana](http://es.wikipedia.org/wiki/Estimulaci%C3%B3n_temprana).  
 Argentina: keir.

Tobal, M. (1996). *Psiquiatría Clínica*. En S. Oleas. Bogotá: Médica Internacional.

Torres. (2004). *Efdeportes.com*. Obtenido de Efdeportes.com:  
[https://www.google.com.ec/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.efdeportes.com%2Fefd131%2Fla-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm&ei=en5NVK3ILorasATJ44LQBw&usg=AFQjCNHbYgvB\\_D0EYxRjqasQ0aVR8bw3iA&si](https://www.google.com.ec/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.efdeportes.com%2Fefd131%2Fla-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm&ei=en5NVK3ILorasATJ44LQBw&usg=AFQjCNHbYgvB_D0EYxRjqasQ0aVR8bw3iA&si)

- Tuttle, C. y. (S/F). *Juegos imaginativos para desarrollar la inteligencia de los niños*. España: Ceac.
- UNICEF. (2004). *Guía curricular de estimulación temprana 0 a 6 años*. Panamá: UDELAS.
- Vázquez, F. (2006). *Modernas estrategias para la enseñanza*. México: Lexus.
- Villuendas, L. O. (2011). Desarrollo socioafectivo. En L. O. Villuendas, *Desarrollo socioafectivo* (pág. 160). España: Parainfo.
- Virginia, G. (2001). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje*. México: Pax.
- Viveros, A. P. (14 de julio de 2011). *AMBIENTES\_DE\_APRENDIZAJE\_ENSAYO.pdf*. Obtenido de <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ve>
- Vygotsky. (1991). *El juego en la educación infantil y primaria* <http://educacioninicial.mx/wp-content/uploads/2014/01/Juego>. Autodidáctica.
- Waichman. (2000). *Efdeportes.com*. Obtenido de Efdeportes.com: [https://www.google.com.ec/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.efdeportes.com%2Fefd131%2Fla-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm&ei=en5NVK3ILorasATJ44LQBw&usg=AFQjCNHbYgvB\\_D0EYxRjqasQ0aVR8bw3iA&si](https://www.google.com.ec/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.efdeportes.com%2Fefd131%2Fla-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm&ei=en5NVK3ILorasATJ44LQBw&usg=AFQjCNHbYgvB_D0EYxRjqasQ0aVR8bw3iA&si)
- Wenger. (1980). El niño normal y su entorno. En H. Zulliger, <http://books.google.com.ec/books>. Madrid, España: Morata S.A .

Westover, J. (2014). *Juegos recreativos divertidos para la escuela | eHow en Español*. Obtenido de [http://www.ehowenespanol.com/juegos-recreativos-divertidos-escuela-info\\_74816/](http://www.ehowenespanol.com/juegos-recreativos-divertidos-escuela-info_74816/)

Wikipedia. (2014). *Definición de juego*. España : Amazon.

Wikipedia. (2014). *Importancia del juego*. Argentina : Keir.

Wikipedia. (2014). *Signos y Síntomas*  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Fobia\\_social](http://es.wikipedia.org/wiki/Fobia_social).

WIKIPEDIA, W. (s.f.). Obtenido de  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Aprendizaje\\_cooperativo](http://es.wikipedia.org/wiki/Aprendizaje_cooperativo)

Zoila, V. (2011). *blogspot.com/2011/04interrogantes-sobrelaestimulacióntemprana*. España: Promo libro.

Zubiría, M. (1998). *Opiniones intelectuales y cfeativas*. Quito-Ecuador: Susaeta.

## ANEXOS



### UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

#### EXTENSIÓN EN EL CARMEN

#### ESCUELA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

#### MENCIÓN EDUCACIÓN PARVULARIA

**ENTREVISTA DIRIGIDA A LA DOCENTE PARVULARIA Y AL DIRECTOR DE LA ESCUELA “CONDOR MIRADOR” SITIO SANTA ROSA DE VENADO DEL CANTÓN EL CARMEN**

**TEMA: LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ECUELA “CONDOR MIRADOR” SITIO SANTA ROSA DE VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO 2015-2016**

**OBJETIVO GENERAL:** Determinar la incidencia en el rendimiento escolar de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador” del sitio Santa Rosa de Venado.

**Instrucción:** Lea detenidamente cada una de las siguientes preguntas y responda según su criterio colocando una “X” donde corresponda.

#### **CUESTIONARIO.**

**1.- ¿Cree usted que los alimentos que están consumiendo los niños y niñas de inicial ayudan a su desarrollo? (T.C.1)**

SI  NO

¿Por  
qué?.....

—

---

**2.- ¿Indique los motivos de una mala nutrición de los niños y niñas de inicial 2? (T.C.2)**

- |   |                          |
|---|--------------------------|
| Incremento de peso y talla                | <input type="checkbox"/> |
| Maduración de sus órganos                 | <input type="checkbox"/> |
| Desarrollo de sus destrezas y habilidades | <input type="checkbox"/> |
| Como se socializa                         | <input type="checkbox"/> |

**3.- ¿Indique cuál de estos los factores influyen en la nutrición de los niños y niñas de inicial 2? (T.C 3)**

- |                      |                          |
|----------------------|--------------------------|
| Familia              | <input type="checkbox"/> |
| Socio economía       | <input type="checkbox"/> |
| Hábitos Alimenticios | <input type="checkbox"/> |
| Ambiente             | <input type="checkbox"/> |

**4.- ¿Indique cuál es la causa de bajo rendimiento cognitivo en los niños y niñas del inicial 2? (T.C.4)**

- |                   |                          |
|-------------------|--------------------------|
| Come poco         | <input type="checkbox"/> |
| Problemas de peso | <input type="checkbox"/> |
|                   | <input type="checkbox"/> |

Inadecuado selección de alimentos

Ingiere demasiado azucares

**5.- ¿Es posible examinar la relación entre la nutrición y el rendimiento educativo en los niños y niñas del inicial 2 de esta institución? (T.C.5)**

SI

NO

**6.- ¿Plantearía propuestas para contribuir a solucionar el problema del rendimiento cognitivo de los niños y niñas del inicial 2? (T.C.6)**

SI

NO

Describe una de ellas \_\_\_\_\_

---



## UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

### EXTENSIÓN EN EL CARMEN

### ESCUELA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

### MENCIÓN EDUCACIÓN PARVULARIA

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LA ESCUELA “CONDOR MIRADOR” SITIO SANTA ROSA DE VENADO DEL CANTÓN EL CARMEN

TEMA: LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO COGNITIVO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL 2 DE LA ECUELA “CONDOR MIRADOR” SITIO SANTA ROSA DE VENADO CANTÓN EL CARMEN PERIODO 2015 - 2016

**OBJETIVO GENERAL:** Determinar la incidencia en el rendimiento escolar de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador” del sitio Santa Rosa de Venado.

**Instrucción:** Lea detenidamente cada una de las siguientes preguntas y responda según su criterio colocando una “X” donde corresponda.

### CUESTIONARIO.

**1.- ¿De los siguientes alimentos marque los que consumen los niños y niñas de este jardín? (T.C.1)**

- a.- Lácteos ( )
- b.- Cereal ( )
- c.- Frutas ( )
- d.- Todos los mencionados ( )

**2.- ¿Indique el que usted cree que son los motivos de una mala nutrición de su hijo? (T.C.2)**

- a.- Consumo de comidas chatarra ( )
- b.- Falta de información de los padres sobre el tema ( )
- c.- No combinar los alimentos adecuadamente ( )
- d.- Otros ( )

**3.- ¿Qué factores considera que influyen en la nutrición de los niños y niñas? (T.C.3)**

- a.- Proteínas ( )
- b.- Grasa saturadas ( )
- c.- Sal ( )
- d.- Todos los mencionados ( )

**4.- ¿Cuáles son las causas del bajo rendimiento en los niños y niñas de inicial 2? (T.C.4)**

- a.- Mala alimentación ( )
- b.- Desnutrición ( )
- c.- Falta de apoyo de los padres ( )
- d.- Desinterés por las comidas ( )

**5.- ¿De los siguientes literales cual considera usted que se puede examinar que tiene relación entre la nutrición y el rendimiento educativo en los niños y niñas de inicial? (T.C.5)**

- a.- Crecimiento físico ( )
- b.- Estado fisiológico ( )
- c.- La actividad física ( )
- d.- Bajo rendimiento ( )

**6.- ¿Cuál de las siguientes propuestas cree usted que contribuyan a solucionar el problema de rendimiento (T.C.4)**

- a.- Hacer los menús entre padres maestros y señores del bar ( )
- b.- Buscar a un nutricionista para que imparta información del tema ( )
- c.- Poner en el patio carteles con el menú semanal ( )
- d.- Hacer campañas para impartir información del tema ( )



**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABI**  
**EXTENSIÓN “EL CARMEN**  
**ESCUELA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA**  
**INSTRUMENTO DE INVESTIGACION APLICADO A LOS NIÑOS Y**  
**NIÑAS DE LA ESCUELA CONDOR MIRADOR DEL SITIO SANTA ROSA**  
**DE VENADO**

**Objetivo:** Determinar la incidencia en el rendimiento escolar de los niños y niñas del nivel inicial 2 de la escuela “Cóndor Mirador” del sitio Santa Rosa de Venado.

**Instrucción:** De acuerdo a cada parámetro alcanzado de los niños marcar con una “X” para completar las observaciones en cada indicador.

**FICHA DE OBSERVACIÓN**

N°	ACTIVIDADES	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1	Tiene buen rendimiento físico y mental			
2	Desarrolla sus habilidades mentales			

<b>3</b>	Esta siempre activo ante cualquier situación			
<b>4</b>	Buenos hábitos alimenticios			
<b>5</b>	Posee buena salud			
<b>6</b>	Peso y talla exacta para su edad			



